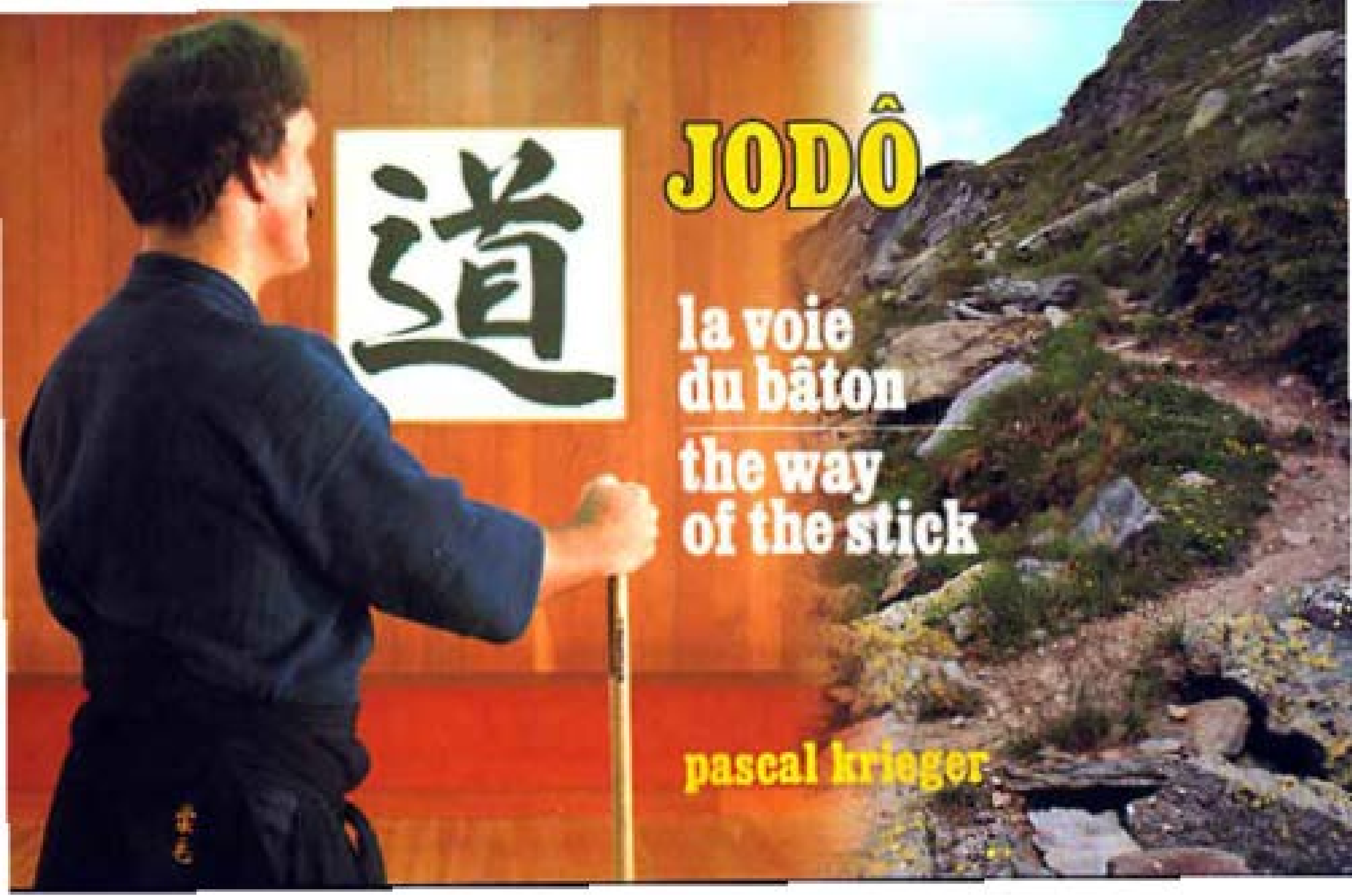

道
JODÔ
la voie du bâton
the way of the stick
pascal krieger

ENCORE un livre sur le Budô (voies ou disciplines martiales) ! Tellement de gens en ont déjà écrit! Et je n'aurai pas la prétention d'affirmer que celui-ci est différent ou qu'il sort de l'ordinaire. Cependant, les raisons pour lesquelles je me suis mis à l'ouvrage ont peut-être une origine différente de celles qui poussent la plupart des auteurs à écrire sur ce sujet.

Le rêve de Me Shimizu

Pendant les six ans que j'ai fréquenté le Rembukan, Dôjô (salle d'entraînement) de Me Shimizu, je fus témoin à maintes reprises du rêve éveillé que faisait le Maître au milieu d'un cours. Les yeux perdus dans la charpente du plafond, d'une voix confiante, pleine de chaleur, entrecoupée de petits silences que son imagination mettait à profit pour lui passer le film de son rêve, il nous tenait souvent ces propos : "Vous rentrez dans votre pays, et là, vous réunissez des jeunes, des scouts par exemple, et vous leur montrez le Jodô... Plus tard, dans tous les pays, il y aurait des groupes de jeunes gens que le Jodô maintiendrait dans le chemin de la paix et de la bonne volonté..." Et il soupirait en souriant comme un enfant qui aurait lâché la bride à son imagination et qui s'amuserait de la voir gambader si loin de la réalité...

Ce rêve, tant soit peu naïf, Donn F. Draeger allait en permettre la réalisation. Oh! dans une proportion plus que modeste, certes, mais tout a un début. Me Draeger, un des élèves les plus avancés de Me Shimizu et pionnier du Jodô international, organisa des voyages dans plusieurs pays étrangers (USA, Malaisie, Australie) et accompagna Me Shimizu, Me Kuroda et Me Kaminoda dans ces périples au cours desquels il servait d'interprète, de guide, et bien sûr, d'assistant dans les démonstrations. Après le décès de Me Shimizu (1978), ce fut au tour de l'Europe (1980) de bénéficier de la présence de Me Draeger et Me Kaminoda qui

---

YET another book on Budô (martial ways) ! So much has already been written on the subject and I would not have the pretension to claim that this one is different or that it rises above the rest. However, the reasons that persuaded me to put pen to paper are perhaps different from those which push most authors to write on the subject.

Shimizu Sensei's dream

During the six years that I attended the Rembukan, Shimizu Sensei's Dôjô (training hall), I was witness many times to the Master's reverie during a lesson. He would stare at the beams of the Dôjô and, with a warm and confiding voice, interrupted by pauses — short rests that his imagination would use to follow the train of thought of his dream — he would often fall back on this idea : "Go home to your countries and there, gather groups of young people, scouts for instance, and teach them Jodô. Later, all over the world, people would follow the way of the stick. And the various groups from different countries would get in touch and in the end there would be young men and women, everywhere, whom Jodô would help to keep on the path of Peace and Goodwill." And he would smile and sigh like a child who lets slip the reins of his imagination and is then surprised to see it romp so far away from reality.

Donn F. Draeger set out to realize this somewhat naive dream; on a modest scale, to be sure. But everything has a beginning. Draeger Sensei, one of Shimizu Sensei's most advanced students, pioneer of international Jodô, organized trips to several countries (USA, Malaysia, Australia), accompanying Shimizu Sensei, Kuroda Sensei and Kaminoda Sensei on these travels, serving as translator, guide, and,

Shimizu Takaji, 25e Grand-Maître de Shindô Musô Ryû.

Shimizu Takaji, 25th Headmaster of the Shindô Musô Ryû.

accompagnaient cette fois Me Otake, Maître d'armes de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû *.

A l'heure actuelle, dans une vingtaine de pays, de petits groupes de gens se sont formés en vue de perpétuer la tradition de Shindô Musô Ryû * dans le simple but de se pénétrer de l'essence du Kobudô (discipline martiale classique), sans intérêt lucratif, ni sportif. Ces groupes se sont liés entre eux et se rencontrent tous les trois ans.

Etant donné que tout ne peut être qu'interprétation, ce livre ne prétend pas être le livre officiel de la tradition de Shindô Musô Ryû. Je vous donne, dans cet ouvrage, l'interprétation que j'ai faite des enseignements que Me Shimizu et Me Draeger m'ont personnellement transmis. Et c'est à la mémoire de ces deux grands disparus que je dédie ce livre.

* Voir lexique.

Forte demande d'un petit nombre

La Fédération internationale de Jodô (IJF) considère comme normal le fait que les pratiquants de Jodô ne sont pas et ne seront sans doute jamais très nombreux. Malgré une sensible augmentation du nombre d'adeptes ces dernières années, surtout en Europe, l'étude du Jodô rebute les masses. En effet, à notre époque, un curriculum compliqué et vaste, un entraînement rigoureux et régulier et une absence totale de compétition sportive ne sont pas des éléments attirants pour la grande majorité des néophytes.

Il n'en reste pas moins que l'essor récent du Jodô nécessite un document de référence. Et, à ma connaissance, il n'existe aucun livre, ni en anglais, ni en français, qui traite du Jodô dans sa globalité ou dans le détail, tel qu'il était pratiqué dans le Dôjô de Me Shimizu. On peut trouver, ici ou là, des fascicules techniques ou des séries d'articles

of course, as assistant during the demonstrations. After the death of Shimizu Sensei in 1978, it was the turn of Europe to benefit from the visit of Draeger Sensei and Kaminoda Sensei, in 1980, together with Otake Sensei, Master Teacher of the Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû *.

At present, small groups have taken form in about twenty countries. Their sole purpose is to perpetuate the Shindô Musô Ryû * tradition of Jodô while gaining a basic understanding of the essence of Kobudô (classical martial ways), eschewing financial considerations and sport competition. These groups are linked and meet every three years.

This book is not meant to be a definitive book of the Shindô Musô Ryû, since all things are subject to varied interpretation. This book sets out my understanding of the teachings

* See glossary.

of Shimizu and Draeger Sensei as they were transmitted to me. It is to these late Masters that this book is dedicated.

Demanding few

There are not, and probably never will be, many adepts of Jodô, in the form understood by the International Jodô Federation (IJF). In spite of a marked increase in the number of adepts, particularly in Europe, the public has not taken Jodô to its heart. Indeed, a vast and complex background, strict and regular practice and a total lack of competition hardly form an attractive picture for the greater part of today's newcomers.

Nevertheless, the recent interest in Jodô justifies a work of reference. As far as I know, there exists no book outside

illustrés sur le sujet, mais rien de vraiment concret n'a encore été fait dans ce domaine. Le seul véritable ouvrage est un volumineux livre en japonais, *Jodô Kyôhan*, paru en 1976 et compulsé par Me Kaminoda et Me Nakajima. Le pratiquant de Jodô, souvent isolé, n'avait donc pas de référence solide.

Un outil de perfectionnement personnel

Le Zen japonais, ou le Ch'an chinois, est indubitablement l'élément primordial dans la composition des disciplines martiales classiques et modernes (Kobudô et Shinbudô). C'est la pensée Zen qui a été le moteur de l'évolution des arts martiaux (Bujutsu) à but militaire en disciplines martiales (Budô) à but mental.

Les nombreuses lectures qui m'ont assisté dans l'élaboration de ce livre m'ont convaincu que le fond de la pensée

Lors de la visite des traditions de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû et Shindô Musô Ryû, en mai 1980, à Genève, Suisse.
Ici, recevant les ovations du public, (de droite à gauche) *Otake Risuke, Maître d'armes de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû, Kaminoda Tsunemori, Jodô Hanshi, Shindô Musô Ryû, Donn F. Draeger, enseignant dans les deux traditions sus-mentionnées, Otake Nobutoshi et Shinozaki Yutarô* (partiellement caché par l'auteur) *tous deux de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû.*

The visit to Geneva, Switzerland, of the Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû and Shindô Musô Ryû traditions, in May 1980. Receiving the ovation of the audience are (from right to left) *: Otake Risuke, Master Teacher of Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû, Kaminoda Tsunemori, Jodô Hanshi, Shindô Musô Ryû, Donn F. Draeger, Teacher in both traditions above, Otake Nobutoshi and Shinozaki Yutarô* (partially hidden by the author) *both from Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû.*

Japan dealing with Jodô from a detailed or a general viewpoint. There is here and there a technical publication or a series of articles on the subject, but nothing really concrete has been published in this field. The only work of genuine value is a bulky Japanese book, the *Jodô Kyôhan*, compiled by Kaminoda Sensei and Nakajima Sensei, published in 1976. The Jodô trainee, then, often isolated, has had no solid reference.

A tool for improvement

Japanese Zen, or Chinese Ch'an, has undoubtedly had a great influence on the evolution of classical and modern martial ways, Kobudô and Shinbudô. The Zen current of thought was definitely the main reason that martial arts (Bujutsu) for military purposes, evolved into martial ways (Budô) for mental goals.

Extrait du volumineux «Jodô Kyôhan». Me Nakajima (gauche) et Me Kaminoda.

Extract from the bulky "Jodô Kyôhan". Nakajima Sensei (left) and Kaminoda Sensei.

Donn F. Draeger,
pionnier du Jodô international.

Donn F. Draeger,
pioneer of international Jodô.

Zen est la *désintellectualisation* de l'individu au profit de *l'action*. Agir spontanément, ici et maintenant, de toute son énergie vitale, même dans les choses les plus triviales de la vie quotidienne, voilà qui n'est guère facile ! Mais ce qu'on oublie trop facilement, c'est que cela n'est possible qu'avec un état d'esprit bien défini. Je pense que le Jodô peut aider à acquérir un tel état d'esprit mais non sans un long entraînement, beaucoup de sueur, de larmes et de sang.

En effet, la spontanéité originelle de l'être humain a été mise depuis longtemps en veilleuse par la «pensée intellectuelle», et il est très rare aujourd'hui que quelqu'un agisse spontanément sans avoir au préalable, le temps d'un réflexe fulgurant, soupesé l'utilité et l'intérêt, le désavantage et le danger de son action. *C'est, en combat, une fraction de seconde de trop qui peut faire la différence entre la victoire et la défaite.* Beaucoup de livres préconisent la méditation mais peu fournissent un outil concret avec lequel l'individu peut mettre en pratique le précepte cher à Wang-Yangming : *Agis! N'intellectualise pas!*

Pour une liberté véritable

Pour tout pratiquant de Budô ayant atteint un certain niveau, le sentiment d'être plus serein, d'avoir plus d'assurance, devient toujours plus familier. Il se sent, inconsciemment parfois, plus détaché, plus libre et plus disponible. L'explication est simple. Le mépris des lois naturelles qu'affecte l'homme moderne l'a emprisonné dans un réseau inextricable de chaînes dont les maillons les plus indestructibles sont le confort, les habitudes, les dépendances, les désirs et les passions.

Plus concrètement, chaque habitude, chaque dépendance, chaque passion prive l'être humain d'un peu de liberté. La peur de ne pouvoir assouvir ses vices et ses désirs ne lui

---

The many sources I consulted in the preparation of this book have convinced me that the essence of Zen philosophy is the *disintellectualization* of the individual in favour of *action*. To act spontaneously, here and now, with all one's vital energy, even in life's most trivial situations : it is not very easy ! It is often forgotten that it is only possible when an individual possesses a very special state of mind. And I believe that this state of mind can be attainable through Jodô practice, much training, blood, sweat and tears.

Indeed, Man's original spontaneity has long been repressed by the *intellectual mind* and very seldom today will someone act spontaneously, without first, in a flash, weighing up the usefulness and interest, drawbacks and danger of his action. *In combat, it is a fraction of a second that can make all the difference between defeat and victory.* Many of these books recommend various forms of meditation, but few provide a concrete tool through which someone may put into practice Wang-Yangming's precept *Act, do not think !*

The pursuit of true freedom

On reaching a certain proficiency, a student of Budô is conscious of being more serene and assured. He feels, sometimes unconsciously, more detached, freer and more open.

The reason is simple. The contempt that modern man holds for the laws of nature has bound him in an inextricable network of chains — the strongest shackles of which are comfort, habits, longings, desires and passions.

In more concrete terms, each habit, each longing and each passion deprives Man of a bit of liberty because the fear

laisse plus le temps d'évoluer librement, tout occupé qu'il est à satisfaire ses besoins.

De même, la méconnaissance des lois de la nature enserre l'être humain dans un carcan qui ne lui laisse que peu de liberté. Les lois métaphysiques de l'équilibre naturel sont mal comprises : on rejette le côté que nous qualifions de négatif pour ne s'occuper que du côté que nous croyons positif, sans arriver à nous persuader que la vie et la mort forment un tout, comme la santé et la maladie, le malheur et le bonheur, le printemps et l'automne, la jeunesse et la vieillesse, bref, les aspects Yin et Yang de toutes choses.

Même les lois physiques et les sciences comme la gravité, l'équilibre, l'anatomie et la nutrition sont mal connues. La peur de tomber, la méconnaissance de son propre corps, la mauvaise nutrition sont autant de problèmes que nous essayons de résoudre à l'envers du bon sens. Ayant peur de tomber, on ne bouge plus ; connaissant mal notre corps, nous soignons le mal et non la cause ; ne sachant pas nous nourrir, nous réparons les conséquences avec des médicaments.

L'étude sérieuse du Budô est une expérience individuelle concrète d'un segment de vie dans lequel il nous est donné de ressentir profondément la cadence de la nature.

On pourrait dresser la liste de toutes les disciplines martiales décrivant les différentes sphères où le pratiquant s'harmonise avec une des nombreuses lois naturelles, se soulageant ainsi du poids de ces lois. Il est évident que, tout comme pour nos lois humaines, il est plus facile de les subir en les respectant qu'en les enfreignant. En ce qui concerne les lois naturelles, nous sommes tous d'incorrigibles délinquants.

Le Jodô Shûgyôsha (pratiquant de Jodô), lui aussi, apprendra à mieux connaître ces lois naturelles à l'aide des

L'auteur devant le Rembukan en 1969, avec Shimizu Takaji, au centre et assis, et Kaminoda Tsunemori.

of no longer being able to satisfy his vices and desires leaves him no time to act freely : he is too busy pandering to his needs.

Likewise, ignorance of the laws of nature is a straitjacket which leaves Man very limited freedom. The metaphysical laws of natural balance are poorly understood : we reject the side we believe negative to concentrate on the side we think positive, without being able to grasp that life and death are parts of the same oneness. In the same way that health and disease, happiness and unhappiness, Spring and Autumn, youth and old age — in brief, the Yin and Yang aspects of all things — are interdependent.

Even physical laws and sciences such as gravity, balance, anatomy and nutrition are poorly understood. Fear of falling, poor knowledge of one's own body, poor nutrition are so many problems we try to solve the wrong way. Fearing to fall, we don't move; not knowing our own body, we don't take care of it as we should; being ignorant of balanced nutrition, we rely on pills to cure the inevitable consequences.

The serious study of Budô is a personal and concrete experience of a segment of life which gives us the chance to experience the rhythm of nature.

A list could be drawn up of all martial ways describing all the spheres where the student is in harmony with nature and thus relatively free from the full weight of its laws. As far as the laws of nature are concerned, we are all hopeless delinquents.

The Jodô Shûgyôsha (Jodô trainee), too, will acquire a better understanding of many of these laws by the study of the

The author in front of the Rembukan in 1969, with Shimizu Takaji, seated, centre, and Kaminoda Tsunemori.

温古知新

Onko chishin :

Réchauffer l'ancien pour connaître le futur.

Know the old if you want to know the future.

notions qui vous sont expliquées dans le chapitre 2. Ces notions, insufflées par un entraînement régulier et rigoureux, l'aideront à acquérir un certain détachement physique et mental.

Il est donc certain que l'étude approfondie des lois de la nature, qu'elles soient physiques ou métaphysiques, affranchit l'individu du terrible joug des *peurs* diverses, et lui rend une certaine liberté qu'il a non seulement oubliée mais, et cela est plus grave, qu'il ne désire même plus retrouver.

Préservation des valeurs traditionnelles japonaises

Les divers cycles qui régissent l'évolution de notre monde sont encore un mystère. Il est cependant aisé de voir qu'aujourd'hui il y a un glissement évident des valeurs orientales vers l'Occident, et vice versa. L'énorme impact qu'ont eu les philosophies du Zen et du Tao sur la pensée occidentale depuis une vingtaine d'années en est la preuve flagrante. Pendant ce même laps de temps, la plupart des peuples orientaux se sont mis à conjuguer de plus en plus leur vie au verbe « avoir » plutôt qu'au verbe « être ». Cette métamorphose est presque tangible au Japon où, contrairement au domaine économique, les valeurs occidentales s'engouffrent sans opposition aucune.

Pour revenir au sujet qui nous intéresse, l'étude d'une discipline aussi austère que le Jodô, dans laquelle on ne peut *aquérir* ni médailles, ni victoires tangibles, ni autres avantages concrets, n'enchante guère les jeunes Japonais. Cela se traduit, dans le domaine du Jodô, par un vieillissement de la population pratiquante et une pénurie de nouveaux adeptes réellement motivés. (La situation du Jodô au Japon est examinée brièvement au chapitre 5.) Les célèbres «Maîtres» que beaucoup d'auteurs en mal d'exotisme portent

concepts explained in chapter 2. These concepts instilled by a regular and rigorous training will help him to acquire a certain physical and mental detachment.

Undoubtedly, the serious study of the laws of nature — both physical and metaphysical — frees the individual from the yoke of many *fears* and gives him back a certain freedom; a freedom he may have forgotten about or — and this is more serious — a freedom he no longer wishes to recover.

The preservation of Japanese traditional values

The various cycles that rule our existence are still a mystery. It is however clear that there is a cross-fertilization of traditional values between East and West. The enormous impact of Zen and Tao philosophies on our way of thinking over the past twenty years is evidence enough. Over the same period the Orient has begun to think more and more in terms of "having" rather than "being". This evolution is almost tangible in Japan where Western values are eagerly swallowed up, without meeting any of the resistance generally raised to trade imports.

To return to our main subject, it is not surprising that young Japanese are hardly attracted to a discipline as austere as Jodô. It offers no medals, no tangible victories or concrete rewards. This is manifested by an ageing of the practising population and a shortage of sufficiently motivated new adepts. (The state of Jodô in Japan is briefly examined in chapter 5.) The famous "Masters", praised by many authors in need of exotica, do not grow on trees; far from it. By "Masters", I do not mean *teachers with a long list of Dan*

aux nues, ne courent pas les rues ; loin de là. Je n'entends pas par «Maîtres» *ceux qui ont des kyrielles de Dan* (grades), ceux-là sont nombreux, *mais ceux qui possèdent une vision globale que seul le recul de la sagesse rend possible.*

On ne manquera pas de relever que, pour juger du niveau d'un Maître, il faut en être un soi-même. Je suis tout à fait conscient de ne pas remplir ce critère. Cependant, ici, notre logique cartésienne nous vient en aide : *la définition d'un Maître, à mon avis, est celle d'un homme qui «vit» ses propres enseignements dans tous les actes de sa vie, et ne se contente pas seulement de les divulguer du haut du piédestal que ses disciples lui ont érigé.* C'est aussi simple que cela. Parmi les nombreux professeurs que j'ai rencontrés, quatre répondaient à ce critère. J'en ai fait mon étalon.

Les valeurs du Budô classique japonais (Kobudô) sont en train d'être étouffées par celles, plus tangibles, que nous connaissons trop bien en Occident : la gloire, les vanités personnelles, l'argent, la domination, etc. Bien sûr, un rapide survol de l'histoire du Japon nous démontrera que ces traits humains s'appliquent également aux Japonais. Ils ont connu plus que leur part de tricheries, traîtrises, meurtres, et j'en passe. Cependant, les milieux du Budô s'efforçaient alors de lutter contre ces défauts de caractère et prônaient l'intégrité, la loyauté, le respect de l'adversaire, la frugalité et la simplicité. Il faut malheureusement reconnaître qu'à l'heure actuelle, si ces qualités sont encore prêchées, elles ne sont que rarement démontrées.

Sous le prétexte que le Jodô est vivant et qu'il doit évoluer avec son époque, certains enseignants ont sciemment apporté d'importants changements autant sur le plan de la technique que sur celui des notions. L'art du Jodô est un art ancien qui ne peut être entreposé dans un musée. Si notre manque d'intégrité nous permet de continuer de l'altérer, il sera méconnaissable dans une génération et son origine sera perdue à jamais. Retouche-t-on la Joconde de

---

(grades) — of those there are many — *but those who have a global vision that only the light of wisdom makes possible.*

It will be pointed out that only a Master can truly speak of another Master's level. I am well aware that I cannot satisfy that condition. However, our Cartesian logic can be of some help here: the definition of a Master, in my opinion, *is he who lives by his teachings every day of his life, and does not make do with preaching from a pedestal erected by his disciples.* It's as simple as that. Among all the teachers I have met, four satisfied that condition. I have made their standards mine.

The traditional values of classical Japanese Budô (Kobudô) are slowly being suffocated by the more tangible attributes, well known in the West: glory, ego, money, power, etc. It is true, of course, that these traits also exist in the Japanese. A rapid survey of Japanese History will show a fair spattering of skulduggery, treachery and murder, and more. However, the adepts of Budô set out to combat these faults of character and promoted integrity, loyalty, respect for the opponent, frugality and simplicity. It must be recognized that although still taught, these values are seldom practised today.

Under the pretext that Jodô is alive and must move with the times, certain teachers have intentionally changed the techniques as well as the concepts of Jodô. The art of Jodô is vested in its roots. If our lack of integrity allows us to continually change the essence, then it will be unrecognisable in a few generations' time, and its history and traditions lost forever. Does anyone dare modify "Mona Lisa" because she is deemed to no longer represent the ideals of feminine

Léonard de Vinci sous prétexte qu'elle ne répond plus guère aux canons actuels de la beauté féminine ? A-t-on vraiment le droit de changer des techniques pour lesquelles des hommes ont risqué leur vie en vue d'en prouver l'efficacité, tout simplement parce que nous ne les comprenons pas ?

Pour ma part, je pense que nous avons la lourde responsabilité de préserver ces techniques, de les étudier et de les approfondir jusqu'à ce qu'elles nous livrent leur secret. Le Budô classique subit déjà bien assez d'altération de par l'interprétation que nous ne pouvons nous empêcher d'en faire. Je ne pense pas qu'il soit nécessaire d'en rajouter.

C'est donc aussi pour tenter de préserver, tant soit peu, ces valeurs dans lesquelles j'ai cru puiser un début de sagesse, que j'ai écrit ce livre.

Genève, printemps 1988
pk.

beauty? Is it right to modify techniques for which men risked their lives to demonstrate the efficiency, for the simple reason that we cannot understand them? For my part, I believe we have the duty to preserve them, to study and investigate them further until their secrets are revealed. Classical Budô already leaves enough room for personal interpretation and I feel no reason to import extraneous material. It is also to preserve — as far as possible — the values which have allowed me to glimpse the rudiments of wisdom that I have written this book.

Geneva, Spring 1988
pk.

COMMENT UTILISER CE LIVRE

Un livre n'est pas un professeur

Comme Malcolm T. Shewan nous le dit dans l'introduction de son livre sur le laidô (l'art du dégainement du sabre)*, ce n'est pas en respectant à la lettre les recettes de Bocuse qu'on arrivera à égaler l'excellence de ses mets. Les notions qui se transmettent de «tripes à tripes», à l'écart du langage parlé, ne peuvent en aucun cas être décrites dans un livre. D'autant plus que l'auteur s'estime loin d'être le Bocuse du Jodô. Utilisez donc ce livre comme référence. Il aidera le professeur isolé à se rafraîchir la mémoire. Il fournira au pratiquant des indices sur les notions nécessaires à son niveau du moment. Le débutant pourra y apprécier une vue globale de ce qui l'attend. L'intention de ce livre n'est donc, en aucun cas, de vous apprendre le Jodô. Le Budô est une affaire d'intuition, de choses ressenties et expérimentées ; et l'insistance même avec laquelle on y exhorte le pratiquant à *ne pas penser mais à agir* reste la meilleure preuve de l'efficacité très limitée d'un livre.

* *L'art du sabre japonais,* Malcolm Tiki Shewan, Fédération européenne de laidô, 1983.

Les mots japonais

La première fois qu'un mot japonais apparaîtra dans le texte, il sera suivi de sa traduction entre parenthèses. Quand le mot réapparaîtra, il sera traité comme un nom propre français. Si le sens vous échappait encore, veuillez consulter le lexique à la page 463. L'orthographe des mots japonais est celle généralement utilisée par les anglophones (Méthode Hepburn). Que les francophones sachent tout de même que les sons «SH» se prononcent «CH» comme dans «chien», que les sons «U» se prononcent «OU», et que tous les «H» sont aspirés. Finalement, gardez en mémoire qu'aucun «L» n'est utilisé en japonais et que le son «R» se situe

HOW TO USE THIS BOOK

A book is no teacher

As Malcolm T. Shewan writes in the introduction to his book on laidô (the art of sword-drawing)*, it is not by following to the letter one of the famous French Chef Bocuse's recipes that we'll be able to rival his mastery of French Cuisine. The genius which originates in the inner self of a Master is not apt to be described in book-form. Please regard this book as a work of reference, all the more since I make no claim to being the Bocuse of Jodô. The isolated teacher will use it to refresh his memory. It will provide the student with useful hints on the movement he is practising. The beginner will get a general idea of what to expect.

This book is certainly not intended to teach anyone Jodô. Budô is all about intuition, experience and experiment : the emphasis given to the exhortation : *act, don't think!* bears witness to the limited efficacy of a book.

* *The Art of Japanese Swordsmanship,* Malcolm Tiki Shewan, European Laidô Federation, 1983.

Japanese words

The first time a Japanese word appears in the text, it will be followed by the translation in brackets. Subsequently, the term will be treated as an English proper name. Should its meaning still escape you, please consult the glossary on page 463. The spelling is based on the Hepburn Method.

entre le «R» et le «L». Similairement, le «V» n'est pas utilisé non plus, et le «B», qui se prononce entre le «B» et le «V», le remplace.

En ce qui concerne les noms propres japonais, j'ai préféré garder l'ordre que les Japonais utilisent : le nom suivi du prénom.

Dans le dictionnaire japonais-anglais de Andrew N. Nelson, les caractères sino-japonais qui se prononcent, par exemple, *Kô* (voyelle longue) sont au nombre de 193, tandis que ceux qui se prononcent *Ko* (voyelle courte) sont au nombre de 66. Chacun de ces 259 caractères possède, bien entendu, un sens différent. Etant donné que la langue japonaise m'est familière, j'ai pensé que le lecteur serait intéressé de connaître avec précision la prononciation des nombreux mots japonais de cet ouvrage. J'ai donc différencié les voyelles longues des voyelles courtes au moyen d'un accent circonflexe.

L'autre langue

Le grand point faible de cet ouvrage, j'en suis conscient, reste le fait que la moitié inférieure du livre que vous avez acheté ne vous concerne pas. Soyez cependant assurés que deux éditions séparées n'auraient pas été réalisables. La demande est trop réduite et les possibilités financières trop limitées. Il est donc fait appel à votre compréhension et à votre indulgence. Aucun effort n'a été épargné pour que la lisibilité reste excellente. L'impossible a été fait pour que, d'un bout à l'autre de l'ouvrage, la partie supérieure soit réservée au français, et la partie inférieure à l'anglais. Le même ordre vertical a été respecté pour les légendes, notes diverses et autres explications. Il est probable qu'après quelques pages le lecteur s'habituera à cette cohabitation forcée. Après tout, le Budô n'est pas une affaire nationale, mais universelle.

I have chosen to follow the order of names used by the Japanese themselves: family name followed by the first name.

In Andrew N. Nelson's Japanese-English dictionary, there are, for example, 193 Chinese-Japanese characters which are pronounced *Kô* (long vowel) and 66 pronounced *Ko* (short vowel) : each of these 259 characters has a different meaning. Being familiar with Japanese, I thought it might be helpful for the reader to have a clear indication of how the many Japanese words appearing in this book are pronounced. I have therefore distinguished long vowels from short ones by means of a circumflex accent.

That other language

I am well aware that the greatest weakness of this book lies in the fact that the upper half of the text does not concern you. In mitigation, it must be pointed out that it would have been impossible to produce two separate editions — the demand being too low and the costs too high. I therefore request a certain understanding and forebearance. No effort has been spared to try to ensure good legibility. Everything has been done to restrict the French text to the upper half and the English to the lower. This vertical order has been respected for all captions, various notes and explanations. It is hoped that the reader, after a few pages, will get used to this forced coexistence. After all, Budô is international and knows no boundaries.

acknowledgements/remerciements

Mes remerciements les plus chaleureux vont aux personnes suivantes : Me Kuroda Ichitarô, Me Kaminoda Tsunemori et Philip Relnick pour leur préface ; René Trognon pour avoir allégé mon français ; Malcolm Tiki Shewan pour avoir secondé la traduction anglaise technique ; Robert Heinemann, Professeur à l'Université de Genève, pour ses conseils ; Christian Vuissa pour sa planche du Dôjô ; Michel Colliard, Laurent + Kris Subilia et Alain Robert pour leur patience lors des séances de photos ; Philip Relnick, Karunakaran, Laurent Subilia, Serge Dieci, Alain Robert, Michel Colliard, Michel Ducret, Maurizio Bandanaï, Carlos Rodriguez et Denys Crapon, pour leur travaux de vérification — Une gratitude toute spéciale à M. et Mme Vincent de l'Imprimerie de Büren, à Genève, pour non seulement avoir mis leur traitement de texte à mon entière disposition, mais encore pour m'en avoir enseigné le fonctionnement — La traduction anglaise fut assurée par Steven N. Emmott, étranger aux choses du Budô, et qui s'est efforcé, pendant près de 4 ans, de comprendre mon raisonnement : une persévérance et une fidélité dont je le remercie — Reynald Champod a pris toutes les photos techniques et m'a secondé dans mon travail de graphisme et de détourage — Merci encore à Madeleine Piguet et Kris Subilia pour le détourage ; Jacques Legrée et Claude Sauvageot pour avoir arrangé la distribution sur France ; Marcel Martin pour ses encouragements et la photo du chemin en couverture (la photo du Dôjô est de Reynald Champod) ; Michel Macherel pour son aide précieuse concernant la distribution et l'emballage — Merci aussi à David Tilche pour ses photos de début de section (les photos ne comportant pas de référence sont propriété de l'auteur) ; au Comité du Shung Dô Kwan pour l'utilisation du Dôjô — Merci enfin à tous ceux que j'ai oubliés et dont les noms me reviendront en même temps que le remors ; aux amis qui m'ont pardonné mon indisponibilité et, finalement, à mes parents qui m'ont donné le plus important : la vie — La photocomposition (secondé par M. Spyteck de l'Imprimerie de Büren), la présentation graphique, la mise en page, les dessins et les calligraphies sont de l'auteur — Impression : Buri Druck, Berne, Suisse.

I would like to give my warmest thanks to Kuroda Ichitarô Sensei, Kaminoda Tsunemori Sensei and Philip Relnick for their preface ; René Trognon for revising my French and Malcolm T. Shewan for checking the English technical translation ; Robert Heinemann, Professor, University of Geneva, for his advice ; Christian Vuissa for his drawing of the Dôjô ; Michel Colliard, Laurent + Kris Subilia and Alain Robert, for their patience during the photo sessions ; Philip Relnick, Karunakaran, Laurent Subilia, Alain Robert, Michel Colliard, Michel Ducret, Maurizio Bandanaï, Carlos Rodriguez and Denys Crapon for the double-checking they carried out. I am particularly indebted to Mr. and Mrs. Vincent of the Imprimerie de Büren Geneva, for not only putting their word-processor at my disposal but for also teaching me how to use it. Translation into English was carried out by Steven N. Emmott, a stranger to the world of Budô, who strove for nearly four years to follow my train of thought — a diligence and devotion for which I thank him. Reynald Champod took all the technical photographs and helped me with the graphical design and the outlining of the photographs. Thanks again to Madeleine Piguet and Kris Subilia for the outlining of the photographs ; to Jacques Legrée and Claude Sauvageot for helping with the distribution in France ; to Marcel Martin for his support and for the photograph of the path on the cover (the photograph of the Dôjô was taken by Reynald Champod) ; to Michel Macherel for his invaluable help in packing and distribution. I would like to thank David Tilche for the photographs opening the sections (photographs without acknowledgement belong to the author) ; and the Committee of the Shung Dô Kwan for the use of the Dôjô. Thanks to all those I don't remember — they have not been forgotten — and to the friends who have forgiven me my unavailability. Finally, I would like to thank my parents for that most precious of things : life. The author did the typesetting (helped by Mr. Spyteck of the " Imprimerie de Büren "), the graphical design, the layout, the drawings and the calligraphy. Printed by Buri Druck Bern Switzerland

Un tel ouvrage n'a pu être élaboré qu'en harmonie avec mes élèves et mes amis. Nous formons un tout indivisible.

This work was made possible only through harmony with my students and friends. Together we form an indivisible whole.

JIN : Bienveillance

On peut être maître de sa technique,
mais considérer ses semblables avec
une humilité calme et attentive,
c'est être Maître de soi...

JIN : Kindness

Master technique.
But to offer calm and attentive
humility to all — that is
to be Master of yourself...

1

Histoire
History

INTRODUCTION

UN grand nombre de livres traitent de l'histoire du Japon bien mieux que je ne saurais le faire. Je n'entrerai donc pas dans les détails d'une histoire de plus de deux mille ans, extrêmement riche en événements de toutes sortes. Cependant, pour bien comprendre le Kobudô, il est indispensable de posséder un minimum de connaissances de l'environnement politique, social, économique et philosophique de la période pendant laquelle les arts* martiaux (Bujutsu) ont évolué en voies martiales (Budô).

Après avoir effleuré les événements qui précédèrent l'ère féodale, je m'arrêterai donc un peu plus longtemps sur la période d'Edo (1603-1868) qui coïncide avec le début de cette évolution.

Dans un livre qui traite du Budô, il faut s'attendre à ce que l'histoire soit examinée à la lumière des arts martiaux. Dans le cas du Japon, cette approche est même justifiée puisque les Japonais furent gouvernés par la classe des guerriers du 12e au 19e siècle. Il faut aussi tenir compte de l'aventure expansionniste des gouvernements de Taishô et de Shôwa, durant la première moitié de notre siècle ; une aventure fortement encouragée par la classe des guerriers.

---

* Art (Jutsu) est pris ici dans le sens de «technique».

INTRODUCTION

THERE exist many very fine books dealing with the history of Japan and it is therefore not my intention to delve into the details of more than two thousand years of historical events. However, in order to properly understand Kobudô, it is necessary to possess a good working knowledge of the political, social, economic and philosophical conditions during the period in which the martial arts * (Bujutsu) and ways (Budô) evolved.

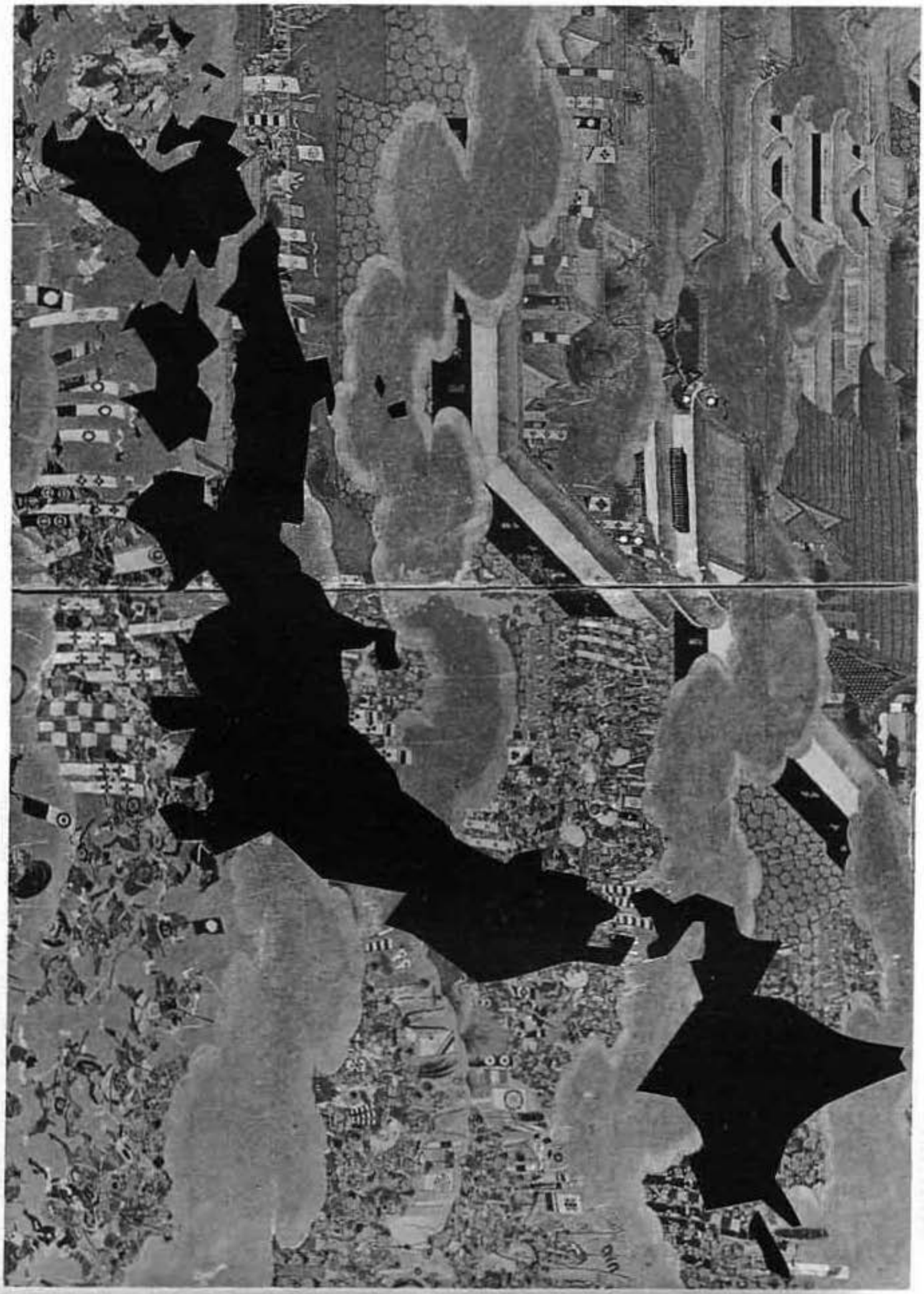
I will not dwell on the period preceding the feudal era but rather I will concentrate a little more on the Edo period (1603-1868), which marks the beginning of the period when Bujutsu was transformed into Budô.

In a book about Budô, it is only to be expected that the historical overview be oriented towards the martial arts. In the case of Japanese history, this is compounded by the fact that the warrior class ruled Japan from the twelfth century to the nineteenth; not to mention the expansionist policies of the Taishô and Shôwa governments during the first half of this century, where the heavy hand of the warrior class was ever-present.

---

* Art (Jutsu) here has the meaning of "technique".

history of Japan / histoire du Japon



LE JAPON AVANT 1603

AVANT d'arriver à cette date importante qui marque l'unification du Japon et l'avènement du règne des Tokugawa, retraçons brièvement les événements tumultueux et les contorsions douloureuses qui amenèrent le pays sous cette nouvelle dictature qui allait couper l'archipel nippon du reste du monde pendant plus de deux siècles.

Les anciens Japonais furent chasseurs et agriculteurs avant de devenir guerriers professionnels. Le terme «Bushi», fit son apparition dès le 8e siècle de notre ère. Le développement de cette nouvelle classe fut d'abord favorisé par les conflits incessants qui opposaient les différents clans de cette époque. L'établissement officiel de la profession militaire en tant que *privilège héréditaire*, au 10e siècle, conféra une nouvelle importance aux Bushi. Mais la classe des guerriers allait connaître son âge d'or au 12e siècle avec l'avènement du premier gouvernement militaire de l'ère de Kamakura (1185-1336), au lendemain de la victoire des Minamoto sur les Taira à la bataille de Dan no Ura (1185).

L'âge d'or des Bushi

Minamoto no Yoritomo (1147-1199), chef victorieux, emmena vite son Bakufu (gouvernement militaire) loin de Heiankyô, la capitale (l'actuelle Kyôto), pour s'établir à Kamakura. Il avait compris à quel point le confort de la Cour avait ramolli l'ardeur guerrière des Taira, ses adversaires et prédécesseurs. Dans cette contrée encore sauvage en proie aux attaques incessantes des Ainu (peuplade du nord, de race différente), les Bushi menaient une vie rude où l'entraînement aux arts martiaux occupait la majeure partie de leur temps.

Bushi revêtu de l'armure (Yoroi) et muni des deux sabres, un long et un court (Dai-shô). Il tient, en outre, une lance (Yari) dans sa main droite.

JAPAN BEFORE 1603

BEFORE arriving at this important date, which marks the unification of Japan and the beginning of the Tokugawa rule, let us examine the stormy events which produced this new dictatorship and which isolated the country from the rest of the world for more than two centuries.

The ancient Japanese were hunters and farmers before becoming professional warriors. These warriors were called "Bushi" and first appeared around the eighth century A.D. The constant fighting between the tribal societies of this period provided a favourable environment for the development of this new class. The official introduction of the military profession in terms of a *hereditary privilege*, in the tenth century, bestowed a new importance on the Bushi. However, the warrior class was to have its Golden Age in the twelfth century, with the advent of the first military government of the Kamakura era (1185-1336), following the victory of the Minamoto over the Taira at the Battle of Dan no Ura (1185).

The Golden Age of the Bushi

The victorious chief, Minamoto no Yoritomo (1147-1199) quickly moved his Bakufu (military government) far away from Heiankyô, the capital (Kyôto), to establish it in Kamakura. He had realized just how much the Court comforts had softened the warrior spirit of the Taira, his opponents and predecessors. The wilderness of the new location, which was continually raided by the Ainu (Northern

Bushi wearing armour (Yoroi) and bearing two swords, a long and a short one (Dai-shô). He also holds a spear (Yari) in his right hand.

Minamoto no Yoritomo, le premier Shôgun permanent de l'histoire du Japon. Il est revêtu d'une robe de cérémonie (Sokutai).

Minamoto no Yoritomo, the first permanent Shôgun of Japanese history. He is wearing a ceremonial robe (Sokutai).

Yoritomo exigeait de ses Bushi les plus grandes qualités. Il plaçait la loyauté au tout premier rang et respectait le courage jusque chez ses adversaires les plus farouches. Il avait horreur de la cupidité et n'hésitait pas à prendre des sanctions sévères à l'égard de ceux qui plaçaient leurs intérêts avant leur devoir*.

Minamoto no Yoritomo évita d'engager des conscrits et préféra s'entourer de guerriers professionnels provenant des familles nobles qui lui étaient soumises. Il savait que le conscrit n'était qu'un guerrier temporaire alors que le Bushi, lui, dédiait sa vie entière à la cause martiale. Alors que le premier se «soumettait» à la discipline militaire, le second en avait fait sa règle de vie.

Toutefois, aussi martiale que fut la dictature de Yoritomo, elle ne fut pas injuste envers le peuple japonais. Sa politique engendra une période de paix et de prospérité comme les Japonais n'en avaient encore jamais connu. Elle fut malheureusement de courte durée. Après la mort de Yoritomo (1199), le clan des Hôjô prit le pouvoir à travers ses Régents et mit en place plusieurs Shôgun (gouverneurs militaires) qui n'étaient pas d'origine Bushi. Ce fut le début d'une lente décadence.

Minamoto no Yoritomo reste gravé dans l'esprit des Japonais comme l'exemple type du Bushi. Quasiment déifié, il devint l'idéal du guerrier pour les générations qui suivirent. On doit toutefois constater que la loyauté, le courage, l'intégrité et les prouesses martiales des Bushi de Kamakura ne furent jamais égalées par la suite.

* Yoritomo n'hésita pas, par exemple, à faire décapiter Kiryû Rokurô qui lui amenait la tête de son supérieur, Fujiwara no Toshitsuna, ennemi juré de Yoritomo, car Rokurô fit preuve de cupidité en exigeant une récompense pour un acte qui, s'il servait les desseins de Yoritomo, n'en restait pas moins un acte de traîtrise.

tribes, of a different race), forced the Bushi to lead a rough life in which training in the martial arts filled much of their time.

Yoritomo demanded the greatest qualities of his Bushi. He valued loyalty most and admired courage even in his most fierce opponents. He intensely disliked cupidity and did not hesitate to take severe sanctions against those who placed their interests before their duty*.

Minamoto no Yoritomo avoided drafting soldiers and preferred to surround himself with professional warriors from the noble families loyal to him. He knew that the conscript was only a temporary warrior, whereas the Bushi dedicated his whole life to the martial cause: the former "submitted" to martial discipline whilst the latter had made it his life.

Yoritomo's dictatorship was totally martial, but it was not unjust towards the Japanese common man. His politics generated an unprecedented period of peace and prosperity. Unfortunately it did not last long. After Yoritomo's death (1199), the Hôjô clan seized power through their Regents and installed several Shôgun (military governors) who were not of Bushi origin: it was the start of a slow decline.

Minamoto no Yoritomo is seen by the Japanese mind as an ideal model for a Bushi. Practically deified, he became the perfect warrior for the generations that followed. It should nonetheless be noted that the loyalty, the courage, the in-

* For example, he had no hesitation in decapitating Kiryû Rokurô, who had brought him the head of his superior, Fujiwara no Toshitsuna, Yoritomo's sworn enemy. Rokurô had shown cupidity by demanding a reward for an act which — whilst serving Yoritomo's interests — nonetheless was an act of treachery.

La décadence

Le système de gouvernement de Yoritomo était à l'image d'un triangle dont lui-même était l'apex. La loyauté et l'honneur formaient les deux côtés tandis que le Bujutsu représentait la base qui supportait le tout. Ce système était connu sous le nom de *Kyûba no Michi* (la Voie de l'Arc et du Cheval), système qui évolua plus tard en *Bushidô* (la Voie du Guerrier).

Le caractère bureaucratique, le laisser-aller et la corruption qui caractérisèrent la régence des Hôjô érodèrent progressivement les deux côtés du triangle: la loyauté et l'honneur. Il ne resta bientôt plus que la base du triangle, le Bujutsu, dans son expression la plus crue. Dénués des notions de loyauté et d'honneur, les arts martiaux dégénérèrent en une puissance brutale qui pouvait aussi bien supporter le gouvernement que se retourner contre lui.

Gouvernés par un Shôgun qui n'entendait rien au Bujutsu et qui s'entourait d'incapables aussi cupides que lâches, les Bushi perdirent rapidement patience et retournèrent progressivement à l'autonomie. Cette situation allait mener le pays vers un nouveau chaos, malgré le regroupement provisoire du peuple japonais pour faire face aux deux invasions mongoles de la seconde moitié du 13e siècle.

La première moitié du 14e siècle vit l'avènement de la turbulente époque de Muromachi (1336-1573). La trahison d'Ashikaga Takauji, général du Bakufu des Hôjô, mit un terme à la domination de ces derniers. Takauji se mit du côté des forces impériales *, permettant à celles-ci de vaincre les Hôjô. Profitant, ensuite, de l'inexpérience politique

* Aussi curieux que cela puisse paraître, si l'on compare avec ce qui se passait à ce moment dans le reste du monde, aucun empereur régnant japonais ne fut jamais assassiné. Pendant près de sept siècles, les Shôgun allaient leur montrer un certain respect dont →

Ashikaga Takauji, général du Bakufu des Hôjô. Il passa du côté des forces impériales pour trahir ensuite l'Empereur en établissant son propre gouvernement.

integrity and the martial exploits of the Kamakura Bushi were never equalled at any other time in the course of Japanese history.

The decline

Yoritomo's system of government was in the image of a triangle, with himself at the apex. Loyalty and honour formed the two sides and the Bujutsu represented the base of the triangle, on which everything laid. This system was called *Kyûba no Michi* (the Way of the Bow and of the Horse), and later was called *Bushidô* (the Way of the Warrior).

The bureaucratic nature, the carelessness and corruption of the Regency of the Hôjô progressively eroded the two sides of the triangle — loyalty and honour. Soon, only the base of the triangle was left — Bujutsu in its crudest form. Without the notions of loyalty and honour, the martial arts decayed into a brutal power that could just as easily support the government as turn against it.

The Bushi were ruled by a Shôgun who understood little of Bujutsu and who surrounded himself with egotistical and cowardly incompetents. The Bushi quickly lost patience and progressively went back to being autonomous. This situation led to new chaos, despite the temporary reunification of the Japanese to repel the two Mongol invasions in the second half of the thirteenth century.

The first half of the fourteenth century saw the start of the turbulent Muromachi period (1336-1573). The treachery of Ashikaga Takauji, a general at the Hôjô Bakufu, brought the Hôjô domination to an end. Takauji sided with the Imperial

Ashikaga Takauji, a general of the Hôjô Bakufu. He sided with the Imperial forces and then betrayed the Emperor by forming his own government.

de l'Empereur, il établit aussitôt sa propre Cour et son propre Gouvernement. Les choses allaient encore empirer. Takauji et ses successeurs passèrent le plus clair de leur temps à s'assurer des prérogatives en créant des intrigues à la Cour de l'Empereur à Kyôto. Aucun ne s'occupa sérieusement des affaires du pays et le Japon glissa chaque année un peu plus vers l'abîme.

Le chaos

Et ce fut cette période sombre que l'on appelle Sengoku *jidai* (période des Royaumes combattants, 1467-1573). Dans le pays entier, chaque individu agissait selon ses intérêts. Les Bushi désertaient leurs postes, le pouvoir passait aux mains des Bushi de rang inférieur et des civils. Fermiers, citadins, affamés et à bout de patience, se révoltaient en masse. Même le gouvernement connut la misère. Ce fut un temps où tout sens de dignité semblait perdu.

Ces conditions cahotiques furent à l'origine des changements les plus révolutionnaires de la culture japonaise. De plus en plus autonomes, les Bushi devinrent des petits rois locaux. Ce fut l'apparition des *Daimyô* (Grands noms), ces seigneurs féodaux. Pour défendre ces nombreux petits états dans l'Etat, chaque Daimyô entretenait des troupes de choc, le secret. Les clans fermés d'arts martiaux, les Ryû traditionnels, remontent à cette époque. Le facteur de puissance

→ l'ambiguïté n'échappe à personne. Sous prétexte de les protéger, les Bakufu successifs entretinrent une garde importante à la Cour de Kyôto pour s'assurer que rien de suspect ne s'y tramât.

Parallèlement aux Shôgun, donc, les empereurs continuèrent de se succéder, privés de pouvoir et de ressources propres. Ils demeurèrent néanmoins un symbole important tout au long de cette période si obscure pour eux. Rien d'étonnant à ce qu'en 1868, après l'effondrement du système féodal, le pouvoir de l'Empereur fût restauré, et que Mutsuhito, connu plus tard sous le nom de Meiji Tennô (Empereur du Gouvernement éclairé), fût un des pionniers du Japon moderne.

forces* allowing them to defeat the Hôjô. But, taking advantage of the Emperor's political inexperience, Ashikaga Takauji soon established his own Court and his own Government. As time went on, Takauji and his successors spent the best part of their time securing privileges by intrigue at the Emperor's Court in Kyôto. No one seriously looked after the country's affairs and Japan slipped a little closer towards downfall every year.

Chaos

Afterwards there came a dark period of civil wars, *Sengoku jidai* (Period of the Country at War, 1467-1573). Throughout the country, everybody acted in his own interests. The Bushi deserted their positions and power fell into the hands of Bushi of lower rank and civilians. The farmers and townsmen, hungry and impatient, started mass revolts. Even the Government went through hard times. It was a time when all sense of dignity seemed to have disappeared.

* In view of events at that period throughout the world, it seems strange that no Japanese emperor was ever assassinated. For more than seven centuries, the Shôgun made pretence of a certain respect for the emperors (which fooled no one). Under the guise of protecting them, the Bakufu maintained a large company at the Court in Kyôto to ensure that nothing suspicious could be plotted. So, along with the Shôgun, the emperors came and went, holding no power and having no independent means, yet they remained an important symbol throughout this gloomy period for them. The power of the Emperor was not restored until 1868, after the collapse of the feudal system. Mutsuhito, later known as Meiji Tennô (Emperor of the Enlightened Government), became one of the builders of modern Japan.

mesurant au nombre de guerriers, les Daimyô se mirent à recruter des gens d'arme, dans la classe déjà bien clairsemée des Bushi d'abord, puis chez les vagabonds, les brigands et autres affamés auxquels ils faisaient jurer fidélité contre une pitance régulière. Ces derniers étaient connus sous le nom de *Nobushi* (guerriers des champs). Parallèlement, les Daimyô recrutaient également des soldats parmi leurs propres fermiers. Ceux-là étaient surnommés les *Ji-samurai* (fermiers-guerriers).

Ces deux classes de combattants brisaient ainsi le monopole des armes que les Bushi avaient sauvegardé jusque-là avec succès. Ces derniers, mécontents, voyaient le fossé se réduire de plus en plus entre eux et les gens du peuple. Le seul signe extérieur de leur supériorité était le port des deux sabres (Dai-shô), alors que les Nobushi et les Ji-samurai n'avaient encore droit qu'au sabre court.

Désir d'unification

Le plus souvent, lorsque tout va mal, les choses ne peuvent que s'améliorer. Bientôt, un désir d'unification du pays prit forme dans l'esprit de certains Daimyô qui cherchèrent une solution moins personnelle aux problèmes de la nation. Un des premiers unificateurs, Oda Nobunaga (1534-1582), mit fin au règne des Ashikaga en occupant Kyôto. Il régna d'une

Oda Nobunaga, le premier unificateur du Japon. Il fut assassiné par un de ses généraux avant d'avoir pu mener à bien sa mission.

This chaotic situation gave rise to the most revolutionary changes in Japanese culture. The Bushi were more and more independent and became little local kings: Daimyô (Big Names), or feudal lords, appeared. In order to defend these little states-within-a-state, each Daimyô maintained a small army in secret. It was the beginning of the closed systems of martial arts : the traditional Ryû. Since influence was measured in terms of manpower, the Daimyô started to recruit : first, among the Bushi class — already a thinly spread class — and then among the vagabonds, brigands and other lower orders, who swore loyalty in return for a regular pittance. This last group were called *Nobushi* (field warriors). At the same time, the Daimyô recruited soldiers from the ranks of their own farmers: these were called *Ji-samurai* (farmer-warriors).

These two classes of warriors thus broke the privilege to bear weapons held up until then only by the Bushi. The Bushi were unhappy at seeing the gap between themselves and the common people decreasing. The only apparent sign of their superiority was their right to wear two swords (Dai-shô), whereas the Nobushi and the Ji-samurai could carry only a short sword.

A desire for unification

As always, when times are bad, things can only get better. Soon, a wish to unify the country was felt by a few Daimyô who sought a less selfish solution to the nation's ills. One of the first unifiers, Oda Nobunaga (1534-1582), put an end

Oda Nobunaga, the first unifier of Japan. He was assassinated by one of his generals before he could complete his work.

Cette gravure de Kuniyoshi (1855) montre un groupe de guerriers de rang inférieur, munis d'un seul sabre, s'entraînant au Hôjutsu avec des armes à feu équipées de protections imperméables pour protéger la mèche de la pluie.

This print by Kuniyoshi (1855) shows a group of lower-rank warriors, bearing a single sword, training in Hôjutsu with fire-arms with waterproof covers to protect the burning fuse from the rain.

poigne de fer, se heurtant à la majorité des Daimyô qui défendaient leurs propres intérêts. Oda Nobunaga, assassiné par un de ses généraux, ne put achever son œuvre de réunification. S'il figure dans l'histoire japonaise comme un personnage politique important, il est considéré par les milieux du Bujutsu comme le destructeur des valeurs martiales classiques. Ayant levé une armée de paysans auxquels il avait hâtivement enseigné l'usage des armes à feu * qui venaient de faire leur apparition au Japon, Nobunaga massacra vague après vague de Bushi classiques lors de la Bataille de Nagashino (1575) contre Takeda Katsuyori **.

Après avoir vengé la mort de Oda Nobunaga, Toyotomi Hideyoshi (1536-1598) continua l'œuvre de réunification de son prédécesseur. Il y parvint vers la fin du 16e siècle. Hideyoshi établit des structures rigides qui allaient former la base de la dictature des Tokugawa: l'homme du peuple n'avait pas le droit de porter d'armes; toute mobilité sociale était formellement interdite (un Samurai ne pouvait devenir paysan, et vice versa ***).

* L'utilisation des armes à feu importées par les Portuguais en 1543 fut à l'origine de violentes controverses parmi les Bushi qui considéraient cette arme comme un instrument de lâche. Cependant, le guerrier du 16e siècle était plus attiré par l'obtention d'une victoire que par les moyens de l'obtenir. Peu à peu, les armes à feu trouvèrent une place aux côtés des armes traditionnelles. Bien que leur rôle n'ait jamais été prépondérant, les armes à feu altérèrent à jamais le contexte du Bujutsu classique. Leur utilisation donna naissance à un nouvel art martial: le Hôjutsu (art du fusil).

** Cette bataille fut portée à l'écran par Kurosawa Akira dans le film *Kagemusha*.

*** Les Nobushi et les Ji-samurai furent exemptés de cette loi et devinrent Bushi à part entière, grossissant ainsi sensiblement les rangs clairsemés de la classe des guerriers et introduisant dans cette dernière des éléments dont les qualités martiales étaient souvent médiocres.

to the Ashikaga's rule by occupying Kyôto. He ruled ruthlessly and clashed with the majority of Daimyô, who defended their own interests. Murdered by one of his generals, Oda Nobunaga could not complete his plan for unification. If Nobunaga holds an important place in the history of Japan, in the world of Bujutsu, he is rather seen as the destroyer of classical martial values. He raised an army of peasants and hastily instructed them in the use of fire-arms *, which had just reached Japan, and massacred wave after wave of classical Bushi at the Battle of Nagashino (1575) against Takeda Katsuyori **.

After avenging Nobunaga's death, Toyotomi Hideyoshi (1536-1598) continued his predecessor's efforts towards reunification. He completed the task at the end of the sixteenth century. Hideyoshi set up rigid structures that became the foundation of the Tokugawa dictatorship: the peasant could not bear arms and social mobility was strictly forbidden (a Samurai could not become a peasant, and *vice versa* ***).

* The use of fire-arms, introduced by the Portuguese in 1543, was the source of much controversy among the Bushi, who considered it a coward's weapon. However, the sixteenth century warrior was more interested in victory than in the way of obtaining it. Little by little, fire-arms transformed the context of classical Bujutsu. Their use gave rise to a new martial art: *Hôjutsu* (art of gunnery).

** This battle was depicted in Kurosawa Akira's film *Kagemusha*.

*** This law did not apply to the Nobushi or Ji-samurai, who became fully-fledged Bushi, but their generally poor martial skills did nothing to improve the quality of the thin ranks of classical warriors.

Après la mort de Hideyoshi, une courte lutte pour le pouvoir se termina par la victoire éclatante de Tokugawa Ieyasu à la bataille de Sekigahara (1600). Le Bakufu s'établit dès lors à Edo (Tôkyô). Le règne des Tokugawa allait être un des plus longs de l'histoire connue de notre planète et permettre au Japon de vivre pendant plus de deux siècles dans une paix relative, «une paix de caserne», mais dans un climat d'isolement comme le pays n'en avait jamais connu.

Toyotomi Hideyoshi,
le deuxième unificateur du Japon.

Toyotomi Hideyoshi,
the second unifier of Japan.

LE JAPON APRÈS 1603

Le résumé qui précède, bien qu'un peu simpliste, suffit toutefois à nous faire comprendre que l'avènement d'une nouvelle dictature militaire fut, dans le cas du Japon, une solution nécessaire, sinon positive, après plusieurs siècles de guerres civiles. Les cinq siècles turbulents qui précédèrent cette dictature expliquent également l'énorme importance que revêtait le métier des armes à l'aube du 17e siècle.

Tokugawa Ieyasu (1542-1616), le premier Shôgun de l'époque d'Edo, se retrouvait ainsi à la tête d'un peuple dont une grande majorité d'hommes avait pris les armes à un moment ou à un autre. Il fallait dès lors contenir leur agressivité. Ieyasu mit en place un système de gouvernement tyrannique et diaboliquement subtil qui emprisonna — le terme n'est pas trop fort — la nation dans une camisole de force.

Tokugawa Ieyasu, le premier Shôgun de l'époque d'Edo qui engendra une période de 250 ans de paix relative dans tout le pays.

JAPAN AFTER 1603

The outline I have just presented is a bit simplistic but helps to show that a new military dictatorship was a necessary development — indeed a positive one — for Japan after several centuries of civil war. The five turbulent centuries that gave birth to this dictatorship help explain the important position of soldiering at the beginning of the seventeenth century.

Tokugawa Ieyasu (1542-1616), the first Shôgun of the Edo period, therefore found himself leading a people the large majority of which had, at one time or another, been soldiers. Their potential for aggression consequently needed containing. Ieyasu installed a tyrannical and diabolically subtle form of government which effectively locked the country in a straitjacket.

Tokugawa Ieyasu, the first Shôgun of the Edo period, who brought about some 250 years of relative peace to the whole country.

After Hideyoshi's death, a short power struggle saw the stunning victory of Tokugawa Ieyasu at the Battle of Sekigahara (1600). The Bakufu was then established at Edo (Tôkyô). The reign of the Tokugawa was to be one of the longest in the history of the world and brought relative peace ("a barracks' peace") to Japan for more than two centuries, albeit in a climate of rarely equalled seclusion.

Diviser pour mieux régner

Le peuple japonais était désormais divisé en quatre classes bien distinctes: au sommet de la pyramide trônaient les Bushi (appelés aussi Samurai). Loin derrière venaient les paysans, les artisans et les commerçants, dans cet ordre. Cette échelle sociale du Japon féodal est connue sous le terme de SHI-NÔ-KÔ-SHÔ *. Ce système interdisait toute mobilité sociale sur le plan vertical. La loi de l'hérédité confinait l'enfant dans sa classe sociale, quelles que soient ses qualités.

* SHI: Bushi (guerrier); NÔ: Nômin (paysan); KÔ: Kôshô (artisan); SHÔ: Shônin (marchand). Les religieux formaient toutefois un groupe à part. Il faut encore citer les *Hinin* (non-humains) au-dessous de tout. On suppose que cette classe méprisée se composait de rescapés des massacres de Ainu, de métis, de prisonniers coréens, ou d'autres individus rejetés par la société. Ils étaient astreints à des tâches considérées répugnantes: l'exécution de condamnés, le tannage de peaux, le dépeçage d'animaux, le ramassage d'ordures et l'ensevelissement des cadavres.

Les Bushi

A en croire certains écrits sur le Japon, on pourrait penser que ce pays n'était peuplé que de Samurai. En fait, la classe des guerriers ne représentait que 5 % de la population totale. Cependant, entraînés, instruits et armés, les Bushi, malgré leur nombre restreint, représentaient une menace constante pour le nouveau gouvernement.

Les Shôgun Tokugawa trouvèrent une solution machiavélique pour maintenir les Bushi sous contrôle. Tout d'abord, le pays fut divisé en *Han* (fiefs). Chaque Han était géré par un Daimyô d'une manière relativement autonome. Prenant garde de ne pas regrouper plusieurs Daimyô hostiles ou susceptibles de le devenir, le Bakufu veilla à placer des Daimyô qui lui étaient acquis entre ses adversaires potentiels. De

Divide and rule

The Japanese were henceforth divided into four quite distinct classes: the Bushi — also called Samurai — were installed at the top of the pyramid. Far below were the peasants, the artisans and the merchants, in that order. This social scale of feudal Japan is called SHI-NÔ-KÔ-SHÔ *. This system forbid all social movement in the vertical direction. Heredity bound the child to his social class, regardless of his qualities.

* SHI: Bushi (warrior), NÔ: Nômin (peasant), KÔ: Kôshô (artisan), SHÔ: Shônin (merchant). However, the clergy formed a separate class. Mention should be made of the *Hinin* (non-human), who were below everything. This despised class is believed to have comprised the survivors of the Ainu massacres, cross-breeds, Korean prisoners and all those rejected by society. They were forced to do the work that was considered repugnant: the execution of convicts, the tanning of hides, the carving up of carcasses, the collecting of refuse and the burying of bodies.

The Bushi

Some tales about Japan would lead us to believe that the country comprised only Samurai. In fact, they formed only 5 % of the whole population. However, they were trained men, educated and armed: in spite of their limited number they represented a permanent threat to the new government.

The Tokugawa Shôgun devised a clever scheme to keep the Bushi under control. First of all, the country was split into "Han" (feudal regions). Each Han was ruled by a Daimyô who was given a relatively free hand. The Bakufu took care

plus, un édit obligeait chaque Daimyô à faire une visite officielle à la Cour du Shôgun une fois par an. La durée de ce séjour dans la capitale fut fixée, à certaines périodes, à près de six mois par année *.

Certains Daimyô mettaient plusieurs semaines pour se rendre à la capitale. Conscients de leur rang, ils dépensaient des fortunes pour se déplacer avec toute leur suite en tenue d'apparat. En les privant de temps et en les obligeant à puiser abondamment dans leurs propres coffres, le Bakufu rendit les Daimyô virtuellement impuissants: de retour dans son domaine, le Daimyô n'avait que le temps de remettre un peu d'ordre et de lever assez d'impôts pour financer le voyage suivant. Et comme si cela ne suffisait pas encore, le Bakufu exigea qu'un ou plusieurs membres importants de la famille de chaque Daimyô résidassent en permanence dans la capitale. Ces derniers devenaient ainsi des otages à portée de main pouvant être utilisés au moindre signe de révolte.

Pour faire respecter ces lois, le Bakufu entretenait une force importante composée de Samurai de rang inférieur ou même de gens du peuple, tous munis d'armes à feu. La paix relative qui régnait dans le pays entier accéléra le déclin des arts martiaux. Les Bushi, désœuvrés, frustrés,

* Ce système d'acte de présence à la Cour se nommait *Sankin kôtai* (devoir de visite alternative).

Samurai et un prêtre bouddhiste admirant un arrangement floral (Ikebana).

to station loyal Daimyô between those who were hostile to them, or potentially so. But, what's more, an edict obliged each Daimyô to make an official visit to the Shôgun's Court once a year. His stay in the capital was required, at times, for up to six months *.

Some Daimyô needed several weeks of travel to get to the capital. They were quite sensitive about their status and spent fortunes on travelling with their retinue in full pomp. By occupying so much of their time and by forcing them to raid their coffers, the Bakufu rendered the Daimyô practically harmless: when he got home, the Daimyô used his time to put things in order and to raise enough taxes to finance the next trip. What's more, the Bakufu insisted that one or more important members of the Daimyô's family remain in residence in the capital. These "guests" could be used as hostages at the slightest sign of trouble.

To enforce these laws, the Bakufu maintained a sizable militia composed of Samurai of lower rank or even commoners, all bearing fire-arms. The relative peace of the country hastened the decline of martial arts. The Bushi, disheartened and frustrated, were less and less inclined to

* This system of putting in an appearance at the Court was called *Sankin kôtai* (duty of alternative visit).

Samurai and a Buddhist priest viewing a flower arrangement (Ikebana).

Armoiries de la famille des Tokugawa.

Crest of the Tokugawa family.

étaient de moins en moins enclins à les pratiquer. Ils n'y étaient d'ailleurs guère encouragés. La menace permanente que représentaient les Bushi poussa le gouvernement à tempérer l'ardeur de ces derniers. Plusieurs Shôgun découragèrent ouvertement la pratique du Bujutsu. Certains allèrent même jusqu'à l'interdire purement et simplement *.

Les Bushi à la solde des Tokugawa n'étaient plus trempés dans le creuset des champs de bataille. Nostalgiques d'un passé glorieux, ils éprouvaient le besoin de parler de leurs mérites, ne pouvant en fournir la preuve. Les seuls Bushi de valeur résidaient auprès des Daimyô de provinces éloignées de la capitale. Leur esprit combatif était entretenu par un environnement hostile et une vie rude. C'est d'ailleurs dans ces endroits que l'on trouve, aujourd'hui encore, les Ryû les plus anciens. C'est au sein de ces Ryû que le ressentiment des Bushi continua de grandir pour finalement sonner le glas des Tokugawa, près de deux siècles plus tard.

* En examinant les *Buke shohatto* (Règlements pour les familles guerrières) à travers l'époque d'Edo, on s'aperçoit que les altérations successives diminuèrent progressivement l'importance donnée au Bujutsu en faveur des qualités confucéennes, si bien qu'au début du 18e siècle, l'équilibre entre les arts littéraires et les arts martiaux (Bun-bu) fut irrémédiablement brisé.

Le peuple

Bien que le Bakufu accordât quelques privilèges à une partie du peuple afin de gagner sa sympathie pour combattre certains Daimyô récalcitrants, d'une façon générale, les Japonais vivaient dans un climat d'oppression. Les taxes étaient extrêmement sévères. La discrimination entre les gens du peuple (paysans, artisans et marchands) et les nobles (guerriers) était flagrante. Une multitude d'interdictions frustraient l'individu des droits les plus élémentaires, la possession d'un nom de famille, d'armoiries, etc. Des événements culturels comme le Gagaku ou le Nô étaient

practise Bujutsu. Indeed, training was hardly encouraged at all. The permanent threat that the Bushi represented led the government to seek ways to restrain their fervour. Several Shôgun openly disapproved of the practising of Bujutsu. A few went so far as to ban it altogether *.

The Bushi in the service of the Tokugawa were no longer formed in battle. They were a nostalgic bunch who felt a need to brag about their worth, but were unable to prove it. The only Bushi of value were with the Daimyô of distant provinces. Their warrior spirit was kept up by the wild surroundings and the rough life they led. Besides, it is in those regions that, even today, the oldest Ryû can be found. It is within those Ryû that resentment continued to grow until it finally brought down the Tokugawa regime two centuries later.

* A close study of the *Buke shohatto* (Rules for the warrior families) shows that successive alterations to it progressively diminished the importance of Bujutsu in favour of Confucean qualities. So much so that by the beginning of the eighteenth century, the balance between the litterary arts and the martial arts (Bun-bu) was irreparably broken.

The people

Even though the Bakufu granted some privileges to a part of the population in order to curry favour to hold in check a few obstinate Daimyô, the Japanese lived under an oppressive rule. Taxes were extremely heavy and the discrimination between the people (peasants, artisans and merchants) and the nobles (Bushi) was extraordinarily acute. A whole series of prohibitions denied the individual his

exclusivement réservés aux Samurai. En revanche, le Kabuki et le Bunraku * étaient plutôt destinés au «peuple». Bien que certains hommes du peuple avaient le droit de porter le sabre court, le port des deux sabres leur était interdit, les mettant ainsi à la merci des Bushi qui avaient le droit de vie et de mort sur tout homme du peuple leur manquant de respect **. La lecture de littérature subversive était sévèrement punie et le manquement à l'étiquette faisait l'objet de sanctions exemplaires.

Confiné dans sa classe, l'homme du peuple avait le droit de s'amuser aux jeux qui lui étaient réservés, de se taire et de croupir dans l'ignorance. Il faut toutefois admettre que l'absence de conflits de grande envergure permit au commerce et aux arts de se développer dans un climat fort favorable. Vers la fin du 18e siècle, la politique désastreuse du Bakufu engendra un processus d'appauvrissement des nobles et de prospérité grandissante de la classe des marchands. Les Bushi, faibles et endettés, allaient finalement devoir s'incliner devant la puissance économique des commerçants ***.

---

* Voir ci-contre.

** Cette loi était appelée *Kirisute gomen* en japonais (droit de couper et d'abandonner le corps de la victime). Cependant, le code de comportement et de l'éthique que respectaient la plupart des Bushi empêcha que cette loi ne dégénère. Les abus furent relativement rares.

*** Certaines de ces familles de commerçants sont à l'origine de groupes industriels encore célèbres de nos jours, comme Mitsui et Sumitomo.

GAGAKU : Musique de Cour comprenant les concerts pour ensemble instrumental, le chant et la danse.

NÔ : Drame lyrique combinant la musique, la danse et la poésie.

KABUKI : Genre théâtral où le dialogue alterne avec des parties psalmodiées ou chantées, et avec des intermèdes de ballet.

BUNRAKU : Spectacle traditionnel de marionnettes.

most basic rights: a family name, a coat of arms, etc. Cultural events such as the Gagaku or the Nô were exclusively reserved for the Samurai class, whereas the Kabuki and the Bunraku* were reserved for the commoners. Although some commoners were allowed to wear a short sword, they were not permitted to carry two swords, thus exposing them to the mercy of the Bushi, who had the right of life and death over anyone who failed to show respect **. Possession of subversive literature was severely punished and lapses of etiquette were a matter of exemplary sanctions.

Imprisoned within his class, the commoner had the right to play games that were reserved for him, to say nothing and to remain in ignorance. It must be acknowledged that the absence of any major conflict allowed commerce and arts to flourish in a favourable climate. Towards the end of the eighteenth century, the disastrous policies of the Bakufu were the cause of a process of impoverishment of the lords and of increasing prosperity of the trading class. The weak and impoverished Bushi finally had to bow to the traders' commercial power ***.

---

* See opposite.

** This law is named, in Japanese, *Kirisute gomen* (permission to cut and abandon the victim). The Bushi code of conduct and ethics — although often breached — saved this law from degenerating. Abuses were relatively rare.

*** Some of these trading families founded the industrial groups that are still famous today, for instance Mitsui and Sumitomo.

GAGAKU : Court music comprising the concerts for instrumental ensembles, singing and dance.

NÔ : Lyrical drama with music, dance and poetry.

KABUKI : Theatrical style in which dialogue alternates with chanting or singing with interludes of ballet.

BUNRAKU : Traditional puppet show.

Cette gravure de Hiroshige montre les 47 Rônin attaquant la résidence du Seigneur Kira, l'homme qui avait déshonoré leur Maître. Tous reçurent l'ordre de commettre Seppuku (Suicide rituel) et tous s'exécutèrent. Leurs tombes sont situées à côté de celle de leur Maître, le Seigneur Asano, au centre de Tôkyô. Ce cimetière est, encore aujourd'hui, un lieu de pèlerinage où les Japonais viennent s'incliner devant ce symbole de loyauté et de courage.

This print by Hiroshige shows the 47 Rônin attacking the residence of Lord Kira, the man who had dishonoured their Master. All the Rônin were ordered to commit Seppuku (self-disembowelment), which they all did. Their graves are located next to their Master's, Lord Asano, in downtown Tôkyô : they are revered, still today, as symbols of loyalty and courage.

L'isolationisme

Afin de contenir l'influence extérieure qu'exerçaient les chrétiens, et de s'assurer le monopole du commerce intérieur, le Bakufu ferma les frontières du Japon. Du milieu du 17e siècle au début du 19e siècle, les Japonais furent confinés non seulement dans leurs classes respectives, mais encore au sein de leurs frontières. Il était interdit, sous peine de mort, de quitter ou d'entrer dans le pays. La seule concession faite au commerce extérieur fut la permission aux navires marchands de certains pays de mouiller dans l'île de Deshima, près de Nagasaki. Ce fut pendant près de deux siècles la seule porte ouverte sur le monde extérieur*.

* Cette politique isolationiste fut telle que même les naufragés japonais qui dérivèrent jusqu'aux côtes des pays avoisinants (Chine, Corée, Russie, Philippines) et même jusqu'en Amérique du Nord, se virent refuser le retour au bercail. Certains de ceux qui bravèrent cette interdiction furent emprisonnés, voire exécutés.

Isolationism

In order to curtail the foreign influence of Christianity and to assure the monopoly of the home trade, the Bakufu sealed the borders of Japan. From the middle of the 17th century to the beginning of the 19th, the Japanese were not only immured within their respective class but also within their borders. It was forbidden, on pain of death, to leave or enter the country. The only concession to foreign trade was the right for merchant ships of certain countries to drop anchor off Deshima Island, near Nagasaki. For nearly two centuries, it was the only door open to the outside world *.

* This policy of isolationism was such that even Japanese shipwrecks who drifted to neighbouring coasts (China, Korea, Russia, the Philippines, and even North America) were denied the right to return home. A few who braved the interdiction were imprisoned, and some were even executed.

Simultanément aux échanges commerciaux de Deshima, un important courant d'informations arrivait tout de même jusqu'au Bakufu. Ce n'est que vers le début du 19e siècle que le gouvernement réalisa que l'Occident avait pris une avance considérable. Progressivement, des groupes d'étudiants furent dépêchés dans les grandes capitales européennes, mais le retard était immense et l'ouverture du pays de plus en plus nécessaire. Mais plutôt que de s'ouvrir lui-même, le Japon subit l'affront d'y être forcé. Le Commodore Perry (USA) vint poser un ultimatum au Bakufu (1853) et, quand il revint, accompagné d'une flotte menaçante (1854), le gouvernement Tokugawa se vit obligé de signer un traité avec les Etats-Unis ouvrant ainsi le pays au commerce extérieur. Le flot d'idées nouvelles qui allait s'engouffrer par cette ouverture ne pouvait que briser ce qui restait des structures féodales du gouvernement d'Edo.

LA NAISSANCE DU JAPON MODERNE

La forteresse féodale du Bakufu ne put résister plus longtemps aux coups de boutoir toujours plus insistants de l'Occident. La brèche ouverte par le Commodore Perry en 1854 s'élargit rapidement et un raz de marée d'idées occidentales s'engouffra et submergea le Japon, balayant du même coup 265 années de dictature Tokugawa. Le jeune Empereur Mutsuhito qui vivait reclus dans son palais de Kyôto prit les rênes du pouvoir en 1868. Il est désormais connu sous le nom de Meiji (Gouvernement éclairé) Tennô (Empereur).

Tous les architectes de la Restauration de Meiji étaient d'accord pour effacer 700 ans d'impotence impériale mais les opinions divergèrent quant à la nouvelle direction que le Japon devait prendre. Les Progressistes voulaient anéantir toute trace du régime féodal, tandis que les Conservateurs,

Le Powhattan, *navire-amiral du Commodore Perry.*

Commodore Perry's flagship Powhattan.

Along with the trading exchanges in Deshima, an important stream of news from the outside world was available to the Bakufu. It was only at the beginning of the nineteenth century that the government realized that the West had gained a considerable lead. Groups of students were progressively sent to the great European capitals, but the ground lost was immense and the opening of the country became more and more necessary. But instead of opening up of its own accord, Japan suffered the indignity of being forced to give in to foreign pressure. Commodore Perry (USA) gave the Bakufu an ultimatum (1853) and when he returned with a threatening fleet (1854), the Tokugawa government was obliged to sign a treaty with the United States opening up Japan for trade with that country. The new ideas that flooded in through this gap could only smash what remained of the feudal structure of the Edo government.

THE BIRTH OF MODERN JAPAN

The Bakufu's feudal structure could not hold out much longer against the West's repeated buffetting. The opening created by Commodore Perry in 1854 quickly broadened and a flood of Western ideas submerged Japan, and swept away 265 years of Tokugawa dictatorship. The young Emperor Mutsuhito — living as a recluse in his Kyôto palace — took power in 1868. He became known as Meiji (Enlightened Government) Tennô (Emperor).

All the architects of the Meiji Restoration were agreed on erasing 700 years of imperial impotence, but there was discussion concerning which new direction Japan should embark upon. The Progressists wanted to remove all trace of the feudal regime, but the Conservatives — for the most part

principaux responsables de l'effondrement de la dictature Tokugawa, aspiraient à des positions importantes dans le nouveau gouvernement afin de rétablir les institutions et l'esprit du guerrier pré-féodal. Cette divergence d'opinions donna lieu à de violentes polémiques et se solda même par de réels combats. Un désir commun les unissait pourtant: *gagner à tout prix le respect et la considération de l'Occident.*

Ce désir ne se réalisa que vers la fin de l'ère de Meiji. L'armée héritée du Bakufu était composée de guerriers n'ayant aucune expérience du combat. Leur esprit martial avait été émoussé par les tâches administratives. Afin de redorer le blason de cette armée faible et impopulaire, l'Edit impérial de 1872, établissant la conscription universelle pour tout Japonais mâle au-dessus de vingt ans, enrichit les forces armées de sang neuf (et bouillant). L'entraînement et la discipline firent le reste. Selon le nouveau concept *Fukoku kyôhei* «un pays prospère et une armée forte», le Japon de la fin du 19e siècle était prêt à faire ses preuves. Ainsi, en quelques années, trois courtes aventures militaires allaient prouver à l'Occident qu'il fallait désormais compter avec le Japon. Tout d'abord, l'éclatante victoire du Japon sur la Chine lors du conflit qui les opposa de 1894 à 1895 sur le sort de la Corée; puis la participation de l'Armée impériale lors de la Révolte des Boxers (1898-1901) dans le but de protéger les vies et les biens des Japonais résidant en Chine; et, finalement, la guerre Russo-japonaise (1904-1905) qui se solda par la victoire du Japon, libérant ainsi la Mandchourie de l'emprise de la Russie tsariste. Le comportement des soldats de Meiji fut exemplaire et l'image de l'armée en fut grandement rehaussée, au sein du pays comme à l'étranger.

Les réformes de Meiji

A l'intérieur du pays, cependant, tout n'était pas facile. Les nombreuses réformes ne rencontraient pas toujours l'approbation du peuple, particulièrement celle des Samurai.

---

responsible for the downfall of the Tokugawa dictatorship — hoped for important posts in the new government in order to re-establish the pre-feudal institutions and warrior spirit. These opposing opinions gave rise to violent controversies and, indeed, to actual fights. But they were united in a common goal, *to earn the respect of the West at any cost.*

This goal was achieved only at the end of the Meiji era. The army carried over from the Bakufu comprised soldiers with no experience of war. Their martial spirit had been dimmed by administrative duties. The imperial edict of 1872 establishing conscription for all Japanese males over 20 procured healthy new blood for a weak and unpopular army, and improved its image. Training and discipline did the rest. Following the concept of *Fukoku kyôhei* (a prosperous country and a strong army) Japan was ready to test its mettle at the end of the nineteenth century. So, in the space of a few years, three short military episodes were to show the West that Japan was a power to be reckoned with. First the brillant defeat of China over the problem of Korea in a two-year conflict (1894-1895), then the Imperial Army's role in the Boxer Rebellion (1898-1901) in order to protect Japanese assets and lives in China, and, finally, the victory in the Russo-Japanese war (1904-1905), which freed Manchuria from Tsarist domination. The Meiji soldiers' behaviour was exemplary and the army's standing was much enhanced, both at home and abroad.

The Meiji's reforms

However, within the nation, things were not so simple. The many reforms did not always gain the support of the people, particularly of the Samurai.

En 1871, tous les Han (fiefs) furent remplacés par des Ken (départements) soumis au pouvoir central. Ceci causa la dislocation de nombreux Ryû traditionnels qui n'avaient dès lors plus le soutien du Daimyô local. Certains de ces Ryû survécurent en continuant de s'entraîner en secret, d'autres se fragmentèrent, d'autres encore, comme Katori Shintô Ryû et Kashima Shintô Ryû, qui n'étaient sous la juridiction d'aucun Han, ne furent guère affectés par cette réforme.

Plusieurs autres réformes provoquèrent la colère des Bushi. L'abolition de tous les privilèges inhérents à leur classe, comme la suppression de leur pension héréditaire et l'interdiction de porter le Dai-shô, provoquèrent des révoltes un peu partout. Ces désordres culminèrent avec la Révolte de Satsuma conduite par Saigô Takamori en 1877, à la tête d'une armée de Bushi, tous entraînés dans des Ryû traditionnels. Ce fut la dernière fois que les adeptes de l'ordre ancien (les traditions martiales classiques) opposèrent une résistance armée au gouvernement. Ce dernier réprima toutes ces révoltes avec succès, prouvant ainsi que des conscrits bien entraînés et munis d'armes à feu pouvaient venir à bout de n'importe quel groupe de Bushi bardés d'armes classiques *.

Mais si les Bushi perdirent leurs privilèges, ils n'en conservèrent pas moins une très grande influence sur la vie politique et militaire de Meiji. Nombre de Daimyô devinrent gouverneur de leur ancien domaine et une majorité de Samurai reçurent, à la place de leur rente héréditaire, une pension pour encadrer l'armée, la marine et la police.

* A la lumière du fait que les Bushi se battaient avec des armes classiques contre des soldats munis d'armes à feu, je pense qu'il est juste de rappeler que l'importance des pertes de part et d'autre fut étonnamment semblable.

Saigô Takamori.

In 1871, all the Han (regions) were replaced by Ken (prefectures) under centralized control. This caused the demise of many traditional Ryû, who no longer received the backing of the local Daimyô. Some of these Ryû survived by continuing to practise in secret, others split up, and some, like Katori Shintô Ryû and Kashima Shintô Ryû, who were traditionally completely independent, were hardly affected by this reform.

Several other reforms angered the Bushi. For example, the abolition of all the privileges associated with their class, the withdrawal of their hereditary pension and the ban on their wearing the Dai-shô, created much rebellion throughout the country.

These uprisings came to a head with the Satsuma Rebellion in 1877, where Saigô Takamori led in battle an army comprised of Bushi all trained in traditional Ryû. It was the last time that supporters of the old order (the classic martial traditions) opposed the government with armed resistance. These revolts were all suppressed by the government: it showed that well trained conscripts using fire-arms could defeat any group of Bushi bearing classical weapons *.

The Bushi came close to losing their privileges, but they managed to retain a great political and military influence during the Meiji era. Many Daimyô became governors of their former Han and, in place of their hereditary privileges, Samurai were given a pension by the Army, the Navy or the Police in exchange for their help in instructing them.

* Considering that the Bushi faced fire-arms with classical weapons, I think it is fair to stress the fact that the number of casualties on both sides was surprisingly similar.

Un Samurai de transition : vêtements occidentaux et Dai-shô traditionnel.

Un livre ne suffirait pas pour décrire toutes les autres réformes qui eurent lieu à cette époque. Tout se transformait très vite. Les ministres donnaient l'exemple en exhibant rouflaquettes et jaquettes occidentales, le peuple suivait, avec un peu plus de réticence, en adoptant le chapeau melon mais en conservant le kimono traditionnel. Le mot d'ordre était : *Wakon—yôsai!* «Esprit japonais — technique occidentale!» Des Samurai éclairés allaient chercher dans chaque pays ce qu'il y avait de mieux : la marine en Angleterre, le droit en France, la médecine et l'armée en Allemagne. Les hommes de Meiji mirent une génération à réaliser ce que l'Europe avait mis plus d'un siècle à achever. Ce fut une révolution éclair.

La montée du nationalisme

Au début de l'ère Meiji, l'apport soudain et écrasant des valeurs occidentales déclencha, chez les Japonais, un phénomène de perte d'identité. Attirés par les idées modernes mais très attachés à leurs traditions, ils se sentaient quelque peu désorientés. Ceci engendra bientôt un réflexe d'autodéfense se traduisant par une poussée de fièvre nationaliste. La xénophobie transparaissait dans des slogans comme *Sonnô—jôi!* «Révération de l'Empereur — Expulsion des barbares!»; la nécessité d'une pensée unique exprimée dans des slogans tels que *Shinju—funi!* «Shintoïsme et Confucianisme ne font qu'un!» ou *Chûkô—ippon!* «Loyauté à l'Empereur, loyauté aux parents — Même loyauté!»; la résurgence d'un certain esprit martial clamé par le cri de *Bunbu—fugi!* «la littérature et les arts martiaux ne sont pas incompatibles!»; toutes ces tendances furent synthétisées pour aboutir au concept de *Kokutai* «politique nationale».

A transition Samurai : Western clothes and the traditional Dai-shô.

One cannot even begin to describe all the various reforms implemented at that time. Everything changed at an extraordinary pace. Ministers set an example by growing sideburns and wearing Western blazers. The country followed, but with a bit less enthusiasm, by adopting the bowler hat yet retaining the traditional Kimono. The popular watchword was *Wakon—yôsai!* (Japanese spirit — Western techniques). Enlightened Samurai went abroad and brought back with them models of the best that each country had to offer : English navy, French law, German military strategy and medical training. The Meiji generation (1868-1912) achieved in 44 years what Europe had taken at least a century to do.

The rise of nationalism

At the beginning of the Meiji era, the sudden and general spread of Western values caused a feeling of loss of identity for the Japanese. They were attracted to the modern ideas but were closely attached to their traditional values : they felt a bit bewildered. This manifested itself as a reflex of self-defence giving rise to nationalistic jingoism. This xenophobia was reflected in slogans such as *Sonnô—jôi!* "Honour the Emperor — Out with the Barbarians!". The need for a unique ideal was expressed by *Shinju—funi!* "Shintoism and Confucianism are one!", or *Chûkô—ippon!* "Loyalty to the Emperor — Loyalty to parents, is the same!". The revival of a certain martial spirit gave birth to the idea behind *Bun-bu—fugi!* "Literature and martial arts are not incompatible!". All these various elements were combined to create the concept of *Kokutai* (national

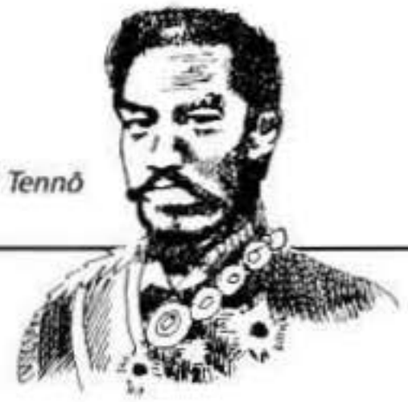
Selon cette politique, la loyauté liant tout Japonais à son Empereur, à son pays et à ses parents, l'investissait de vertus incomparables, et cette formidable unité qui soudait tous les Japonais entre eux destinait le Japon à devenir la nation la plus grande de toutes.

L'influx des idées occidentales de l'ère Meiji contenait, certes, les graines de la démocratie. Pendant l'ère Taishô* (1912-1926), il y eut même quelques germes prometteurs comme le pluralisme politique. Cependant, la scène politique de l'ère Taishô fut extrêmement compliquée et les réformateurs de Meiji, se faisant vieux, furent graduellement remplacés (et éliminés) par les politiciens nés après la Restauration. Ces derniers, moins imprégnés du Confucianisme et moins romantiques que leurs prédécesseurs, se montrèrent plus réalistes. La Première Guerre mondiale fut une «bonne affaire» pour le Japon. Tout en prenant une part mineure dans le conflit, les Japonais s'octroyèrent une large part du butin territorial à la fin de la guerre. L'expédition sibérienne de 1918-1919, bien que causant plus de pertes, leur permit de commencer un processus d'expansion en s'implantant en Mandchourie.

Au début de l'ère Shôwa (Clarté et Harmonie), les militaristes, qui rongeaient leur frein depuis des années, surent trouver les prétextes qu'il fallait et utiliser les structures existantes pour imposer leurs vues. La suite, nous la connaissons mieux car les événements allaient réunir l'Occident et l'Orient dans un même conflit sanglant qui laissa les militaristes seuls face à leurs fantasmes.

Des cendres de Hiroshima et de Nagasaki, la renaissance économique du Japon n'a pas fini d'étonner le monde. Ce peuple courageux et travailleur, utilisant sa puissante unité nationale, propulsa le Japon au tout premier rang mondial. Le prix que cela a coûté n'est pas encore évaluable mais il est certain que les valeurs du Bujutsu et du Budô ont déjà payé un écot non négligeable.

*L'Empereur Meiji mourut en 1912. Son fils, Yoshihito, lui succéda jusqu'en 1926. Connu sous le nom de Taishô Tennô (Empereur de la grande Rectitude), ce dernier était d'une santé fragile et fut progressivement écarté des événements politiques. A sa mort, l'Empereur Hirohito inaugura l'ère Shôwa (Clarté et Harmonie). En août 1945, il empruntait pour la première fois la voie des ondes pour annoncer à son peuple que la guerre était perdue. Peu après, il perdit tout pouvoir réel mais continua toutefois d'être un symbole important au sein du pays. Décédé en janvier 1989, Hirohito pourrait être connu sous le nom de Shôwa Tennô. Son fils, Akihito, lui succède et son règne se nomme l'ère Heisei (Accomplissement de la Paix).



Meiji Tennô

policy). This wisdom held that the link between every Japanese and his Emperor, country and parents endowed him with unequalled virtues and that this tremendous union of all the Japanese would make Japan the greatest of all nations.

The influx of Western ideas during the Meiji era sowed seeds of democracy. In the Taishô* era (1912-1926) there were even a few promising sprouts such as political plurality. However, the political climate at the time was very unsettled and the Meiji reformers were getting old: they were gradually replaced by politicians born after the Restoration. These new-comers were less steeped in Confucianism and less romantic than their predecessors — they showed themselves to be more realistic. The First World War was a "good thing" for Japan. Even though Japan played only a small part in the conflict, she occupied immense territories at the end of the war. Though it was costly in lives, the Siberian expedition in 1918-1919 signalled the start of an expansionist policy by gaining a foothold in Manchuria.

The Shôwa era (Brightness and Harmony) soon soiled its name. The militarists had been holding back for years and were able to use the structures in place to impose their views. What followed is recent history: we know it better because the West and the East confronted each other in a bloody battle that left the militarists alone with their fantasies.

Out of the ashes of Hiroshima and Nagasaki grew the economic revival of Japan that still amazes the world. A courageous and hardworking people propelled Japan to the head of the world with its powerful national unity. The price to be paid has yet to be determined, but the values of Bujutsu and Budô have already paid heavily.

*Emperor Meiji died in 1912 and was succeeded by his son Yoshihito who was known under the name of Taishô Tennô (Emperor of the Great Rectitude). However, his health was bad and he was progressively removed from political influence. In 1926, his successor, Emperor Hirohito, inaugurated the Shôwa era (Brightness and Harmony). In August 1945, Hirohito went on radio for the first time to announce to the Japanese that they had lost the war. Soon afterwards, he lost all real power but still remained an important symbol within the country. Hirohito died in January 1989, and may be known henceforth as Shôwa Tennô. His son, Akihito succeeded him and initiated the Heisei era (Achieving Peace).

jutsu → dô

PRÈS avoir brossé à grands traits cet arrière-plan historique, il me paraît nécessaire d'y peindre, en surimpression, ce qui s'est passé dans l'esprit des Japonais à l'aube de l'époque d'Edo. Nous aurons ainsi un tableau plus explicite de l'évolution de certains Kobujutsu en Kobudô.

Durant ces deux siècles et demi, la pensée japonaise subit une évolution sensible, une révolution même, qu'aucun conflit important ne vint troubler. Cette *pensée* puisa sa force dans l'oppression même dont elle faisait l'objet.

Occuper les esprits

On ne peut contraindre une population entière à vivre dans un carcan légal et social sans lui fournir des raisons et des moyens de supporter son sort. Le Bakufu favorisa la propagation du Néo-confucianisme de Chu Hsi (Shushi en japonais), un philosophe de la dynastie des Sung (12e siècle). Cette philosophie mettait en exergue les qualités de loyauté envers les supérieurs, la piété filiale, le comportement social et le respect de l'autorité. Une telle philosophie servait évidemment les desseins du Bakufu.

Après des siècles de guerres, le calme était enfin revenu. Guerriers et hommes du peuple prirent le temps de réfléchir à leurs conditions d'existence dans cette société figée. Tandis que le Bushi sentait sa frustration grandir au fur et à mesure que son inutilité devenait évidente, l'homme du peuple recherchait désespérément un moyen de s'exprimer qui ne fût sujet à la censure féodale. Tous deux s'efforçaient de trouver un moyen de se libérer de cette camisole de force que les Tokugawa leur avaient tissée. Bien que séparés par une ségrégation intransigeante, le Bushi et l'homme du peuple se sentaient oppressés, chacun à sa manière. Pour tromper leur impatience, tous deux cherchaient des consolations dans la religion ou dans les plaisirs frivoles, suivant leur inclination. Mais ils vivaient dans une société où les

術

Jutsu

I FEEL it is necessary to superimpose on this broad historical background what went on in the Japanese mind at the beginning of the Edo period: this will give us a clearer idea about the evolution of certain Kobujutsu into Kobudô.

For two and a half centuries, Japanese thought went through a marked evolution — a revolution even — which went undisturbed by any strife. This *thought* drew its strength from the very oppression it bore.

Keeping minds occupied

No one can force a whole population to live in a legal and social straitjacket without furnishing some reasons and some means for accepting its lot. The Bakufu fostered the spread of Chu Hsi Confucianism (Shushi in Japanese). Chu Hsi was a philosopher from the Sung dynasty (12th century) and his philosophy honoured the qualities of loyalty towards one's superiors, filial devotion, social behaviour and respect for authority: such a philosophy obviously served the Bakufu's purposes.

After centuries of war, peace finally returned. Warriors and commoners took the time to reflect on their conditions within this closed society. Whilst the Bushi felt more and more frustrated as his uselessness became evident, the commoners were looking for ways of expressing themselves that were not subject to feudal censure. Both were trying to extricate themselves from the predicament that the Tokugawa had shaped for them. Even though harsh segregation separated them, both the Bushi and the commoner felt oppressed, each in his own way. In order to drown their impatience, both sought solace in religion or in frivolous pleas-

Dô

道

richesses spirituelles étaient rares ; quant aux plaisirs, ils laissaient aussitôt un goût amer. Ainsi, le Bushi et l'homme du peuple se rapprochèrent, tenaillés par la même soif de liberté spirituelle.

Un autre courant de Confucianisme rivalisa bientôt avec la doctrine orthodoxe de Chu Hsi: le système de Wang-Yangming (1472-1529) connu sous le nom de *Ôyômei* en japonais. Cette doctrine se concentrait sur la personnalité de l'individu. Elle encourageait l'intuition plutôt que l'intelligence. Selon Wang-Yangming, l'homme doit contrôler son esprit et se réaliser à travers l'auto-discipline. L'action doit prévaloir sur les mots, le mérite individuel sur le mérite héréditaire *. Très similaire au Zen, cette doctrine plut beaucoup aux Bushi désœuvrés qui ne savaient comment dépenser leur trop-plein d'énergie. Cette philosophie allait leur permettre d'apprendre la paix.

Une seconde influence vint occuper l'esprit oisif du peuple japonais: le Taoïsme. Le Tao (Dô en japonais), selon Lao Tzu et Chuang Tzu, est innommable et sans nom, un Tout d'où toute chose vient et où tout retourne. Les Japonais, peu enclins aux choses abstraites, préférèrent l'interprétation plus concrète des Confucéens: le Tao était, pour ces derniers, un concept nommable et nommé, qui transcende néanmoins la nature aussi bien que l'homme. Les origines de ce que les Japonais appellent Dô (ou Michi) proviennent donc des anciennes notions du Tao chinois. Modifiées par les croyances shintoïstes et le contexte politico-social de l'époque, ces notions firent du Tao un chemin à suivre dans la vie. Ce chemin est sans fin, profond, abrupt et jonché de difficultés. Il doit être arpenté afin de se cultiver soi-même et conduit finalement à l'auto-perfection.

* Ce dernier point gênait beaucoup le Bakufu dont le système était basé sur l'hérédité. Les Tokugawa critiquèrent vivement cette nouvelle tendance dont les figures de proue furent envoyées en exil.

ures, depending on inclination. But they lived in a society poor in spiritual wealth. As for the pleasures, they left a sour aftertaste and, so, the Bushi and the commoner drew closer together in a common desire for spiritual freedom.

A different kind of Confucianism soon came along to counter the Chu Hsi orthodoxy — Wang-Yangming's (1472-1529) system (Ôyômei in Japanese). This doctrine vindicated the individual. It exhalted intuition rather than intelligence: Wang-Yangming asserted that Man must control his mind and develop through self-discipline. Action rather than words, individual merit rather than hereditary privilege *. The doctrine resembled Zen and much appealed to the inactive Bushi, who did not know how to work off their energy. It was to teach them peace.

A second influence was prevalent in the minds of the Japanese — Taoism. According to Lao Tzu and Chuang Tzu, Tao (Dô in Japanese) is nameless and unnameable. It is a whole from which everything derives and to which everything returns. The Japanese were little disposed to abstract concepts and preferred the more concrete Confucean interpretation: Tao was a named and nameable concept that nonetheless transcends both nature and Man. The origins of what the Japanese call Dô (or Michi) therefore lie in ancient concepts of the Chinese Tao. These concepts were mixed with Shintoist beliefs and the socio-political views of the times, thus creating a path to follow in life. This path is without end, is profound, rigourous and strewn with

* This last point troubled the Bakufu government, whose system rested on heredity. The Tokugawa sharply criticized this new concept and exiled its main proponents.

Evolution du Kobujutsu en Kobudô

Plus instruits, les Bushi furent les premiers à expérimenter une certaine liberté spirituelle puisée dans ces nouveaux concepts philosophiques. Le Budô fut ainsi une expression de cette liberté spirituelle. Ce fut un des produits du ferment intellectuel qui finit par faire éclater le cadre restrictif du Confucianisme encouragé par le Bakufu. Ironiquement d'ailleurs, ce fut le Confucianisme même qui motiva les Japonais à secouer le joug de la féodalité.

Tout en reprenant une partie des concepts du Kobujutsu, les innovateurs du Kobudô en amplifièrent sensiblement le côté spirituel. Pour le pratiquant de Kobujutsu, il ne faisait aucun doute que seule une étude de nature psychologique *(fondée sur les actes)* était valable. Cette dernière, bien que beaucoup plus longue et astreignante, surpassait de loin l'étude logique *(fondée sur les mots)* du métier des armes.

Les partisans du Kobudô, quant à eux, appuyèrent totalement cette thèse. Cependant, tandis que le Bujutsu tendait à former des jeunes gens compétents et efficaces sur un champ de bataille, dotés d'un tempérament d'acier dont les rares cordes sensibles ne vibraient qu'aux accents de grandeur, d'honneur et de loyauté, le Budô préconisait une recherche plus en profondeur. L'adepte du Dô devait rechercher l'harmonie avec la nature. Son entraînement quotidien tendait vers un idéal de comportement humain qui, à son tour, élevait l'individu et, par conséquent, la société dans laquelle il vivait. L'objectif culturel du Dô était de permettre à un individu d'être simplement lui-même, sans ostentation, et de bénéficier ainsi de contacts fructueux avec son prochain. A travers un expérience personnelle intense, l'adepte du Dô recherchait une compréhension de la vie dans sa globalité. Les formes en Dô encouragent donc une attitude envers la vie qui va du particulier à l'absolu.

古武道

Kobudô

difficulties. It has to be followed in order to acquire self-development, and it finally leads to self-perfection.

Evolution of Kobujutsu into Kobudô

The better educated Bushi were the first to apply a certain spiritual freedom gleaned in these new philosophical concepts. Hence Budô was an assertion of this spiritual freedom. It was one of the products of the intellectual unrest which finally shattered the restrictive fabric of Confucianism abetted by the Bakufu. It was indeed quite ironic that it should be Confucianism that helped the Japanese to break the yoke of feudalism.

The proponents of Kobudô — whilst adopting many of the concepts of Kobujutsu — greatly expanded the spiritual side. The Kobujutsu trainee was in no doubt that only a learning of a philosophical nature, *based on acts,* was of any value. Such a study was longer and tougher than the logical approach to martial arts, *based on words.* The followers of Kobudô embraced that idea completely. However, if Bujutsu tended to produce young men competent and efficient on the battlefield, with an iron will, and who were swayed only by notions of honour and loyalty, Budô advocated a much deeper study. The Budô adept had to seek harmony with nature. His daily training inclined towards an ideal human behaviour, which, in turn, exalted the individual and, accordingly, the society in which he lived. The cultural aim of Dô was to simply permit someone to be himself, without ostentation, and to benefit from enriching encounters with others. The Dô led to an overall understanding of life through an intense personal experience. The Dô forms, therefore, fostered an attitude towards life from the particular to the universal.

Les conséquences techniques

Cette évolution d'«arts» martiaux en «voies» martiales eut les conséquences techniques suivantes:

La spécialisation — Plusieurs Ryû se spécialisèrent dans une seule arme ou un seul art. Traditionnellement parlant, il eût été impensable de former un Bushi au maniement d'une seule arme ou d'un seul art. Un éventail large et riche de connaissances martiales était de première importance. Bien que spécialisé dans l'arme ou l'art de son choix, le Bushi se devait de connaître le plus d'armes possible pour ne pas être pris de court en face d'un ennemi muni d'une arme différente de la sienne.

Cette tendance à la spécialisation s'est accentuée progressivement jusqu'à la fin de l'époque d'Edo pour devenir tout à fait courante à la naissance des disciplines martiales modernes (19e siècle à nos jours). Si bien qu'aujourd'hui, un pratiquant d'une discipline moderne qui entreprend l'étude d'une discipline différente, parallèlement à la sienne, fait figure de paria. Cette tendance générale a fortement encouragé le sectarisme qui règne actuellement entre des disciplines qui sont censées poursuivre le même but philosophique. Chacun estime que ce qu'il fait est meilleur (sur la base de l'efficacité). Personne ne semble réaliser que cette spécialisation à outrance est un des principaux obstacles à la compréhension globale des disciplines et arts martiaux en général.

Mon avis personnel sur ce sujet est que la nature de notre entraînement actuel n'a plus rien à voir avec celui auquel devait se soumettre le Bushi classique. L'état d'esprit particulier, la frugalité du train de vie, les nombreuses heures d'entraînement intense et une disponibilité totale, tout cela n'a plus sa place dans le contexte de notre vie moderne. Ce serait donc une utopie que de vouloir entreprendre l'étude parallèle de plusieurs disciplines dès le début. Le man-

The technical consequences

The evolution of martial arts into martial ways led to the following technical consequences.

Specialization — Several Ryû specialized in one weapon or art. Traditionally, it would have been inconceivable that a Bushi be trained in only one specialty. A broad and profound knowledge of martial techniques was of utmost importance. The Bushi specialized in one weapon or art of his choice but had to be acquainted with as many weapons as possible so that he would not be at a loss when facing an opponent armed with a weapon different from his own.

This trend towards specialization steadily developed throughout the Edo period and finally became fully established at the birth of modern martial disciplines, in the nineteenth century. It has reached the point where a trainee in a modern discipline is considered an outcast if he studies another discipline simultaneously.

This general attitude has greatly strengthened the sectarianism between the various disciplines which are supposed to pursue the same philosophical goal. Everyone assumes that his own discipline is best (from the point of view of effectiveness). No one seems to realize that this excessive specialization constitutes a barrier to the global understanding of martial arts and disciplines as a whole.

My own view on the subject is that the nature of our training bears little resemblance to that of a classical Bushi. The particular frame of mind, the frugal way of life, the long hours of intense practising and total dedication do not fit in with

que de disponibilité et l'absence d'un environnement spirituel adéquat ne le permettraient pas. La concentration sur une seule discipline et un engagement total auprès d'un seul Maître me paraissent indispensables pour prendre un bon départ dans l'étude d'un Budô. Toutefois, à partir d'un certain niveau (2e ou 3e Dan, en Occident *), il me paraît tout aussi indispensable d'entreprendre l'étude d'une deuxième, voire d'une troisième discipline. *Le désir d'élargir son esprit devrait être une conséquence toute naturelle de l'acquisition d'une base solide dans une seule discipline.*

Apparition des arts de combat à mains nues — En ce début du 17e siècle, de moins en moins de Bushi portaient l'armure (Yoroi). Une des premières conséquences de ce changement dans la tenue des Samurai fut l'apparition de plusieurs arts de combat à mains nues. Jusqu'ici, les Ryû classiques avaient groupé les techniques à mains nues sous le nom de *Yoroi-kumi-uchi* (lutte avec armure). Ces techniques, consistant à déstabiliser un adversaire en armure, se terminaient toutefois avec l'application de techniques comportant des armes comme le Yoroi-dôshi et le Kabuto-wari *. Les techniques ultérieures de Jûjutsu ou de coups de poing auraient été plus dangereuses pour l'utilisateur que pour la victime présumée. Avec la disparition progressive de l'armure, ces arts à mains nues proliférèrent principalement chez les gens du peuple qui n'avaient pas droit, rappelons-le, au port d'armes. Aujourd'hui, le Jûdô, l'Aikidô, le Karate-dô ont supplanté les disciplines d'armes en Occident, car ces nouvelles disciplines s'adaptent mieux aux critères des masses. L'absence d'armes (surtout pour le Jûdô

* Au Japon, dans le domaine du Jûdô, par exemple, Me Kanô Jigorô, (le fondateur de cette discipline) encourageait tous les détenteurs de 6 Dan et plus à étudier une autre discipline. L'Aikidô (style Tomiki) et le Jojutsu (Shindô Musô Ryû, Shimizu) furent enseignés officiellement au Kôdôkan pendant plusieurs années.

* Voir chapitre 4, *Juttejutsu*.

the context of our own modern life. It would be simply too difficult to undertake the study of several disciplines from the start: the lack of dedication and of an adequate spiritual environment would not allow it. A focusing on one discipline and total commitment to one Master seems to me to be essential for studying Budô. However, beyond a certain level (2nd or 3rd Dan, in the West *), I would say that it is just as essential that a second, or even a third, discipline be studied. *The wish to broaden one's mind should be the natural consequence of acquiring a solid foundation in one particular discipline.*

The advent of hand-to-hand combat — At the beginning of the seventeenth century, fewer and fewer Bushi wore an armour (Yoroi). One of the consequences of this that changed the outlook of the Samurai was the advent of several arts of bare-handed fighting. Up until then, the classical Ryû had grouped the bare-handed techniques under the name of *Yoroi-kumi-uchi* (grappling in armour). These techniques were mainly based on the unbalancing of an opponent and then on the application of techniques using weapons such as the Yoroi-dôshi and the Kabuto-wari *. Applying Jûjutsu or Atemi would have been more painful to the giver than the receiver. With the progressive decline of armour, these fighting arts took hold mainly amongst the commoners, who, of course, were not allowed to bear arms. Jûdô, Aikidô

* In Japan, for example in the field of Jûdô, Kanô Jigorô Sensei (the founder of this discipline) encouraged all 6th Dan trainees to study another discipline. Aikidô (Tomiki style) and Jojutsu (Shindô Musô Ryû, Shimizu) were officially taught at the Kôdôkan for several years.

* See chapter 4, *Juttejutsu*.

et le Karate-dô) en ont fait des sports de combat plutôt que des arts martiaux.

Modification des techniques classiques — Entraînés par ce nouveau courant d'idées prônant la spiritualisation des arts martiaux, de nombreux Ryû modifièrent leurs techniques pour les adapter à un entraînement plus spirituel. L'entraînement au combat qui servait quelques-uns (les Bushi) fut modifié pour qu'il devienne une forme d'entraînement accessible à tous et praticable dans la vie courante. La nature essentielle de cette modification réside dans une nouvelle distribution des priorités. Alors que le Kobujutsu plaçait la notion de combat au premier plan, suivi de la discipline puis de la morale, les adeptes de Kobudô mirent l'accent sur la morale, puis la discipline et finalement sur la forme esthétique. L'aspect pratique du combat fut quelquefois tout simplement mis de côté. La différence flagrante entre le Iaijutsu et le Iaidô en est une des preuves les plus convaincantes. Il est vrai que les innovateurs du Kobudô, pour la plupart, étaient nés durant l'époque d'Edo et n'avaient, pour ainsi dire qu'une vague expérience du combat réel.

ESSAI DE CLASSIFICATION

Ma première idée était d'enrichir cet ouvrage d'un grand tableau synoptique de classification de toutes les disciplines et arts martiaux japonais. Je m'étonnais d'ailleurs que des auteurs bien plus compétents que moi n'y aient jamais pensé. Après des mois de recherches, je dus finalement abandonner ce projet tant la tâche s'avérait compliquée. Un tel tableau, s'il doit refléter la vérité avec précision et sobriété, demanderait une recherche en profondeur et devrait être accompagné de précisions innombrables touchant aux domaines les plus divers. En effet, pour pouvoir mettre une étiquette sur un Bujutsu ou un Budô, il faut tenir compte du contexte historique dans lequel il a vu le jour, de l'environnement social dans lequel il s'est développé, du courant philosophique qui l'a motivé et la finalité mo-

and Karate-dô today have replaced armed systems because these new disciplines appeal more to the masses. The absence of weapons, particularly for Jûdô and Karate-dô, make them combat sports rather than martial arts.

Modification of classical techniques — Many Ryû were carried along by the new tide of ideas exhalting the spiritualization of martial arts and modified their techniques to accommodate a more spiritual training. The training for combat that served a few — the Bushi — was changed so that it was open to all and became useful in everyday life. The essential feature of this change lay in a new evaluation of priorities. Whereas Kobujutsu placed the notion of combat above all others, followed by discipline and morals, Kobudô emphasized morals first, then discipline, and finally esthetics. The notion of combat was very often just disregarded. The glaring difference between Iaijutsu and Iaidô is a significant example. But it must be pointed out that most promoters of Kobudô were born in the Tokugawa era and had hardly any experience of combat.

DRAFT CLASSIFICATION

My original intention had been to include a classification table outlining all the Japanese martial arts and disciplines. I was surprised that other more competent authors had never thought of it. I had to abandon the idea after many months' research because the undertaking proved to be too complex. For such a table to be accurate and dispassionate would require thorough research and it would have to include an unmentionable number of subjects. For the historical context that gave rise to a Bujutsu or a Budô, as well as the social environment in which it developed, its philosophical direction and its moral teaching, would have

rale qu'il poursuit. Lorsqu'on a défini tout cela, il faut encore tenir compte des multiples subdivisions qui ont fragmenté cet art et les innombrables transformations que ce dernier a subi à l'aube de l'ère moderne. Souvent, après avoir suivi un art à travers les méandres de son évolution, force est de constater que plusieurs étiquettes sont possibles. Je suis personnellement de plus en plus convaincu que, dans les cas litigieux, c'est l'esprit même dans lequel un art est pratiqué qui détermine son appartenance à tel ou tel groupe.

Ayant reculé devant une tâche trop énorme, j'ai toutefois tenu à vous soumettre quelques idées en adoptant une structure beaucoup plus souple et relative. Je suis conscient que la grande faiblesse d'une telle classification réside dans son inévitable généralisation.

Lorsqu'on tente de définir un art ou une discipline à tendance martiale, il faut d'abord examiner s'il ou si elle appartient au domaine du Bujutsu ou à celui du Budô.

Jutsu et Dô

Comme il a clairement été établi dans ce qui précède, les priorités du Bujutsu diffèrent de celles du Budô.

Bujutsu: 1) combat, 2) discipline, 3) morale.
Budô: 1) morale, 2) discipline, 3) forme esthétique.

Il n'a cessé d'y avoir une grande confusion entre ces priorités. Un adepte de Budô ne peut admettre que l'on passe sous silence l'aspect «efficacité combative» de la discipline qu'il pratique. Et c'est tout à fait compréhensible. Toutefois, le fait d'avoir cité les trois premières priorités ne veut pas dire que l'aspect du combat ou de l'efficacité n'existe pas. Il est présent, bien au contraire, et c'est pour cela que cette discipline est qualifiée de «martiale». Mais cette discipline représente un système d'éducation qui, s'il n'est crédible que par l'efficacité de ses techniques, n'en transcende pas

to be examined. On top of all that, there are the various subdivisions of each art, and the many changes each one has gone through throughout history. After examining closely the convolutions of an art's development, one often faces the problem that, in fact, several labels may be attached to it. I am more and more convinced that the determining factor for classifying arts in borderline cases is a spiritual one.

I felt that such an undertaking was too much within the context of this book but I did want to present the reader with a certain number of ideas. I have adopted a looser and more relative classification and I am aware that the greatest fault is its necessary over-simplification.

When attempting to classify a martially oriented activity it is most important to determine whether it is a Bujutsu or a Budô.

Jutsu and Dô

As mentioned previously, the aims of a Bujutsu are different from those of a Budô.

Bujutsu: 1) combat, 2) discipline, 3) morals.
Budô: 1) morals, 2) discipline, 3) esthetics.

There has always been some confusion between these priorities. A Budô trainee finds it hard to accept that the "combative efficiency" of his discipline is ignored. However, stating the first three priorities in no way implies that the combat or efficiency aspect does not exist. Quite the opposite. It is certainly there — which is why it is deemed a "martial" discipline. But this discipline is in the nature of a personal education: it might be valid only because of its efficiency

moins ce dernier aspect pour amener l'individu à s'épanouir *moralement* à travers une *discipline personnelle* et dans la recherche d'un certain *esthétisme*.

Les Bujutsu ont été créés pour une élite afin de défendre une autorité menacée ou susceptible de l'être. La notion de combat est prédominante. Un Bujutsu se doit d'être pratique.

Les Budô, produits d'un environnement paisible, ont été créés pour tout individu, sans distinction de classe, recherchant une compréhension de la vie à travers une expérience personnelle intense afin de se réaliser pleinement et de s'intégrer dans une société qui recherche la paix et l'harmonie. Un Budô se doit d'être spirituel.

Mais il faut encore fragmenter ces définitions pour établir si un art ou une discipline appartient à la catégorie classique ou à la catégorie moderne.

Kobujutsu et Shinbujutsu

Bien que les priorités soient similaires en apparence, il existe une grande différence entre le Bujutsu classique et le Bujutsu moderne.

Les Bujutsu classiques (Kobujutsu) ont été créés dans les siècles précédant l'époque d'Edo, alors que le pays entier était un champ de bataille et que le guerrier portait invariablement une armure ou des protections efficaces. Dans le Kobujutsu, certains arts ne sont pas à proprement parler des arts de combat. Par exemple, le Chikujôjutsu (l'art des fortifications), le Senjutsu (l'art de la stratégie) et le Suieijutsu (l'art de la natation en armure) ne sont pas des arts de combats mais sont tout de même considérés comme des arts martiaux. Il est également très important de noter que les Kobujutsu ont été créés pour des guerriers professionnels, sous-entendant par là d'un niveau technique extrêmement

but it nevertheless transcends this efficiency to allow the individual to develop *morally* through a *personal discipline* and a search for a certain *esthetism*.

The *Bujutsu* were formed by an elite to defend a group whose existence was — or could be — threatened. The notion of combat is inherent. A Bujutsu has to be practical.

The *Budô* originated in a peaceful time. They were designed so that anyone — regardless of social class — could develop fully through an intense personal experience. This would lead to an understanding of life as a whole and a better integration into a society seeking peace and harmony. A Budô has to be spiritual.

But these definitions need to be split into further parts to decide in which of the categories — classical or modern — an art or a discipline lies.

Kobujutsu and Shinbujutsu

Even though the priorities might appear to be similar, there are, in fact, many differences between a classical Bujutsu and a modern one.

The classical Bujutsu (Kobujutsu) were created in the centuries preceding the Edo period, when the whole country was one battlefield and the warrior invariably wore armour or some body protections. Within Kobujutsu, certain arts are not strictly combat arts: for example, Chikujôjutsu (the art of fortifications), Senjutsu (the art of strategy) and Suieijutsu (the art of swimming in armour) are not combat arts, but are nonetheless considered martial arts. It must also be borne in mind that the Kobujutsu were developed for professional warriors to allow them to fight other profes

D'autre part, tous les Kobujutsu traitent, de près ou de loin, de l'aspect des armes et de l'armure, et de la stratégie militaire. Finalement, les Kobujutsu sont l'apanage du Bushi situé au sommet de la pyramide sociale, et dont le rang lui avait donné accès à une excellente instruction. Cela implique donc qu'un Kobujutsu est automatiquement lié à une éthique particulière dont les éléments principaux sont l'honneur, la loyauté, l'intégrité et le courage: qualités fortement encouragées par tout art martial classique.

Les *Budjutsu modernes* (Shinbujutsu) se divisent en deux catégories bien distinctes. *Les Shinbujutsu militaires* et *les Shinbujutsu civils*.

Les *Shinbujutsu militaires*. Il est assez difficile de déterminer avec précision la naissance des Shinbujutsu. Certains avancent qu'ils ont commencé avec la période d'Edo, alors que le port de l'armure était progressivement abandonné. D'autres préfèrent les considérer comme tels depuis la Restauration de Meiji; les deux opinions peuvent être retenues.

Ce qui est certain, c'est que l'expérience japonaise la plus récente dans le domaine du Shinbujutsu militaire coïncide avec les événements de la Deuxième Guerre mondiale.

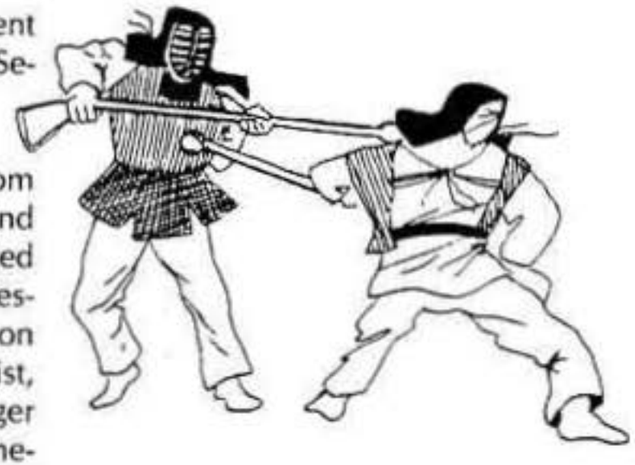
Les Shinbujutsu à fins militaires ne sont pas si différents des Kobujutsu: l'ennemi possède un haut niveau technique et des protections efficaces (blindage, radar, technologie sophistiquée); le but du combat est toujours l'anéantissement de l'autre et la stratégie consiste encore et toujours à trouver la faille dans la défense ennemie. Il faut toutefois noter quelques différences importantes: la grande sophistication du matériel ne requiert plus automatiquement du soldat le contact physique avec l'ennemi. Les qualités de courage et d'endurance physique inhérentes à ce genre d'expérience ne font donc pas naturellement partie du bagage du soldat moderne. L'énorme machine que représente une armée moderne ne permet plus la polyvalence chère au Bushi classique, et confine obligatoirement le soldat moderne dans sa spécialité, le rendant ainsi plus vulnérable. Finale-

warriors — implying a very high technical proficien- Finally, the Kobujutsu are the privilege of the Bushi, ranking at the top of the social pyramid, and who, by the virtue of his rank, was well educated. This, therefore, means that a Kobujutsu is automatically tied to a particular set of ethics, the main elements of which are honour, loyalty, integrity and courage — qualities strongly praised by all classical martial arts.

The modern *Bujutsu* (Shinbujutsu) are split into two quite distinct categories: the *military Shinbujutsu* and the *civilian Shinbujutsu*.

The *Military Shinbujutsu*. It is quite difficult to determine the exact birth of the Shinbujutsu. Some claim they appeared at the beginning of the Edo period, when armour was disappearing. Others opt for the Meiji Restoration: both claims are valid. What is certain is that the most recent Japanese experience of military Shinbujutsu was the Second World War.

Shinbujutsu for military purposes are not that different from the Kobujutsu: the enemy is at a high technical level and has efficient defences (armour plating, radar, sophisticated technology). The purpose of the combat remains the destruction of the opponent and the strategy is still based on finding the flaw in his defence. Important differences exist, though: the great sophistication of the systems no longer demands of the soldier actual physical contact with the enemy. Courage and fitness, required for this contact, are no longer a natural part of the modern soldier's make-up. The enormous machine that is today's army precludes the classical Bushi's versatility and by necessity binds today's soldier to his specialty, which makes him more vulnerable.



ment, la complexité d'une armée dotée des merveilles de la télécommunication ne requiert plus la présence physique des hauts responsables. Cela coupe souvent ces derniers de la réalité du champ de bataille.

Les *Shinbujutsu civils* sont le fruit d'une société relativement paisible. Le but principal de la majorité des Shinbujutsu civils est la formation des forces gouvernementales aux techniques de répression leur permettant de maintenir l'ordre et de faire respecter la loi. De simples citoyens peuvent également entreprendre l'étude de ces techniques pour leur propre défense et celle de leur famille. Cependant, ces techniques officiellement approuvées restent principalement l'apanage des forces de police. Le Taihojutsu (art de l'arrestation) et le Keibôjutsu (l'art du bâton de police) en sont deux exemples.

Les *Shinbujutsu civils* diffèrent des Kobujutsu en de nombreux points. Tout d'abord, l'adepte du Shinbujutsu, dans le contexte social (le policier ou le simple citoyen), n'a plus en face de lui un professionnel, et son but n'est plus de lui prendre la vie à tout prix. L'ennemi est souvent un délinquant inexpérimenté dans les arts martiaux et le policier (ou le citoyen) a le devoir de le neutraliser et de le traduire en justice. L'efficacité requise se situe à un autre niveau, les techniques sont moins expéditives que dans le domaine du Bujutsu classique ou moderne, à but militaire.

De plus, le soldat, tout comme le policier ou le civil, n'est pas nécessairement issu d'une classe sociale déterminée comme l'étaient les Bushi classiques. Les hautes valeurs martiales du Bushi ont laissé place au simple devoir du patriote ou de citoyen, plus en harmonie avec le contexte moderne.

Kobudô et Shinbudô

Ici, l'écart est encore plus grand. Les Kobudô ont été créés durant l'époque d'Edo. Les Shinbudô (ou Gendaibudô

Finally, the complexity of an army and the marvels of telecommunications no longer demand that the military commanders be out in the field: this often cuts them off from the reality of combat.

Civilian Shinbujutsu are the fruits of a relatively peaceful society. The major aim of most civilian Shinbujutsu is to instruct the government's forces in techniques for maintaining law and order. Citizens may also learn these techniques for their own security and to protect their family. These officially approved techniques are mainly used by the police. Examples include Taihojutsu (the art of making an arrest) and Keibôjutsu (the art of the police baton).

However, there are several differences between civilian Shinbujutsu and Kobujutsu. First of all, the Shinbujutsu trainee in the present social context (the policeman) does not face a professional and he does not aim to kill him at all costs. His opponent is most likely a delinquent untrained in martial arts, and the policeman's duty is to restrain him and bring him to justice: the skill required is of a different kind, and the techniques themselves are markedly more efficient and expedient than the ones in classical budô or military Shinbujutsu.

Furthermore, the soldier and the policeman do not come from a particular social class. The lofty martial values of the Bushi have been replaced by the soldier's or simple citizen's duty, more in harmony with the modern context.

Kobudô and Shinbudô

Here the difference is even greater. The Kobudô were created in the Edo period, the Shinbudô (or Gendaibudô

...é le produit du Japon moderne (postérieur à 1868) déjà ...ondément influencé par la pensée occidentale.

...tis que les Kobudô sont principalement des Kobujutsu ...odifiés ou des arts nouvellement créés par les Japonais ...e siècle en vue d'aider l'individu à se réaliser spirituel...ment et en harmonie avec la nature, les Shinbudô mettent ...ant en exergue le côté récréatif et sportif des disciplines ...artiales.

...tis que les Kobudô, à l'instar des Kobujutsu, utilisent ...entiellement la méthode du Kata, les Shinbudô ont relé...é le kata à un rang insignifiant, lui préférant l'exercice ...e. Le fait que la majorité des Shinbudô ne comprend ...s d'armes a rendu la pratique libre sans danger. Il existe ...alement une grande différence au niveau de l'enseigne...ent. Le pratiquant de Kobudô reçoit un enseignement per...nalisé où l'intuition (Kan) joue un grand rôle, tandis que ...enseignement de masse en pratique dans les Shinbudô ...erdu cette dimension importante.

Le château de Kumamoto, dans l'île de Kyûshû, construit aux environs de 1600, durant l'époque de Momoyama.

...e of a modern Japan (post 1868) already deeply in...enced by Western ideas.

...Whereas the Kobudô are mainly modified Kobujutsu or arts ...ally formed in seventeenth century Japan to help in...viduals develop spiritually and in harmony with nature, ...e Shinbudô tend to promote the recreational and sporting ...pects of martial disciplines.

...he Kobudô, like the Kobujutsu, mainly use the method ...f Kata, but the Shinbudô have all but discarded that ...ethod, and prefer the practice of free exercises. Most Shin...udô do not comprise weapons so the practice of free exer...ises is without danger. Further, the instruction is very differ...nt. The Kobudô trainee receives a personalized tuition in ...hich intuition (Kan) plays a great role, whereas the mass ...struction used in Shinbudô cannot convey this important ...ension.

Kumamoto Castle, in the Island of Kyûshû, built around 1600, during the Momoyama period.

shindô musô ryû jodô

神道夢想流杖道振興会（ 碑51.10.17.建立 ）

C'est en 1605, il y a près de 400 ans, que Shindô Musô Ryû vit le jour. Le fondateur, Musô Gonnosuke Katsukichi, était un guerrier qui avait suivi l'enseignement de Tenshin Shôden Katori shintô Ryû, fondé par Iizasa Choisai Ienao. Musô Gonnosuke en obtint une licence d'enseignement (Menkyo). Il avait également fait partie de Kashima Jikishin Kage Ryû, fondé par Matsumoto Bizen no Kami. Musô Gonnosuke y reçut, paraît-il, le secret des principes de Ichi no tachi (premier sabre), un des piliers de cette tradition.

La légende veut que Musô Gonnosuke se soit rendu à Edo (aujourd'hui Tôkyô) au début de la période de Keichô (1596-1614). Il se mesura aux nombreuses lames célèbres de l'époque et ne fut jamais vaincu. Un jour, cependant, il rencontra Miyamoto Musashi, peut-être un des guerriers les plus connus de l'histoire du Japon. Gonnosuke sut qu'il avait trouvé son maître quand il réalisa qu'il ne pouvait échapper à la technique de Jujidome (blocage en forme de croix) que lui opposait Musashi. Cette technique était le secret de son Niten Ichi Ryû, et consiste à maintenir l'arme de l'adversaire dans un blocage en forme de « X » en utilisant simultanément les deux sabres de Samurai (Dai-shô, long et court).

Après cette défaite, Gonnosuke sillonna le pays pour y étudier de nombreux styles d'arts martiaux, déterminé qu'il était de parvenir à vaincre le Jujidome de Musashi. Cette sorte d'expérience est connue sous le nom de Musha Shûgyô (austérités du guerrier). Après plusieurs années, il arriva dans la Province de Chikuzen et s'arrêta dans une ville qui porte aujourd'hui le nom de Dazaifu, dans la Préfecture de Fukuoka, dans l'île de Kyûshû. Il se retira pendant 37 jours dans le Sanctuaire de Kamado, sur le Mont Hôman.

Une nuit, un messager divin lui apparut en songe sous la forme d'un enfant qui lui dit : « trouve le plexus solaire avec un bâton rond ! »

Gravure représentant Musô Gonnosuke.

Print representing Musô Gonnosuke.

Shindô Musô Ryû was founded nearly 400 years ago in about 1605. The founder Musô Gonnosuke Katsukichi was a warrior who first trained in the Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû founded by Iizasa Choisai Ienao. In this, Musô Gonnosuke received the rank of Menkyô, a teaching licence. He also trained in Kashima Jikishin Kage Ryû founded by Matsumoto Bizen no Kami. There it is said that he received the secrets of principles of Ichi no tachi (first sword), a mainstay of that tradition.

According to legend, Musô Gonnosuke had gone to Edo, present-day Tokyô, early in the Keichô period (1596-1614). There he matched his sword against many famous swordsmen but was never defeated. One day, however, he fought Miyamoto Musashi, perhaps the best known warrior in Japanese History. Gonnosuke knew he had met his match when he found he could not escape from Musashi's Jujidome technique. This movement was the secret of Musashi's Niten Ichi Ryû and involves locking the opponent's weapon in an X-shaped block using the Samurai's long and short swords in combination (Dai-shô, long and short).

Because of his defeat, Gonnosuke travelled around the country and studied many different styles of martial arts, determined to become strong enough to overcome Musashi's Jujidome. This practice was known as Musha shûgyô (warrior austerities). After several years, he arrived in the province of Chikuzen and stopped at a town which is now called Dazaifu City, in Fukuoka Prefecture, on the Island of Kyûshû. There he confined himself for 37 days in the Kamado Shrine on Mount Hôman. One night he had a dream in which a divine messenger appeared in the form

Page 62 :
Le sanctuaire de Musô Gonnosuke, dans l'île de Kyûshû.

Page 62 :
The shrine of Musô Gonnosuke on the Island of Kyûshû.

Miyamoto Musashi

S'inspirant de ce message céleste, Gonnosuke confectionna une nouvelle arme. C'était un simple bâton mesurant environ 30 cm de plus qu'un sabre moyen. La longueur totale du bâton de Gonnosuke était de 128 cm (4 Shaku, 2 Sun, 1 Bu), avec un diamètre de 26 mm (8 Bu). Le Jo (ou Tsue) était né.

Musô Gonnosuke s'appliqua ensuite à élaborer, pour son bâton, des techniques basées sur les expériences qu'il avait eues dans une variété d'armes plus anciennes. Il y incorpora les coups d'estoc de la lance (Yari), les mouvements de balayage de la hallebarde (Naginata), les techniques de frappe du grand bâton (Bô) et du sabre (Tachi). De ces diverses techniques, l'art du Jojutsu était né. Toujours selon la légende, Gonnosuke retourna vers Musashi et sortit victorieux de cette deuxième confrontation après avoir enfin triomphé de son Jujidome, infligeant ainsi à ce guerrier légendaire sa seule et unique défaite.

La popularité grandissante de Musô Gonnosuke attira l'attention du Clan Kuroda * de Fukuoka qui lui proposa d'instruire ses guerriers dans l'art du Jojutsu. Dans les années qui suivirent, Gonnosuke remit des licences d'enseignement à plus de dix guerriers de ce clan. Ces derniers

* Etroitement liée aux événements militaires dans leur région depuis le début du 16e siècle, la famille Kuroda, établie à Fukuoka dans le nord de l'île de Kyûshû, semble avoir été une source inépuisable de valeureux guerriers. La famille se divisa au début du 17e siècle. La branche principale de la famille, restée à Fukuoka, donna à la région une suite de Daimyô (seigneur féodal) conservateurs et traditionalistes. Ces Daimyô encouragèrent leurs guerriers à maintenir une grande vigueur martiale, même durant les longues années relativement paisibles du règne des Tokugawa.

Cette attitude est une des caractéristiques des Samurai de la région de Kyûshû, et c'est dans ce contexte et dans cet esprit que la tradition de Shindô Musô Ryû Jojutsu et de ses arts associés s'est développée.

of a child and told him to "know the solar plexus with a round stick ". Keeping his heaven-sent message in mind, Gonnosuke devised a new weapon. It was a simple stick approximately 30 cm longer than the average Japanese sword. Musô's stick was 128 cm long (4 Shaku, 2 Sun, 1 Bu) and 26 mm in diameter (8 Bu). Today we call it the Jo (or Tsue).

Gonnosuke went on to develop techniques for his stick based on his previous experience with a variety of older weapons. He incorporated the thrusting movements of the spear (Yari), the sweeping movements of the halberd (Naginata), and the striking movements of the staff (Bô) and the sword (Tachi). With this new weapon and its techniques, the art of Jojutsu was born. The legend says that Gonnosuke went back to confront Musashi again and emerged victorious, overcoming Jujidome and inflicting the only defeat ever said to have been suffered by the legendary Musashi.

Musô Gonnosuke's growing reputation brought him to the attention of the Kuroda Clan * in Fukuoka, and he was obtained to instruct Jojutsu to the warriors under its control.

* Closely associated with military events in their region since the beginning of the 16th century, the Kuroda family at Fukuoka in the North of the island of Kyûshû, seems to have been an inexhaustible source of valorous warriors. The family broke up at the beginning of the 17th century. The principal branch, which remained in Fukuoka, gave the region a series of Daimyô of traditional spirit. These feudal lords encouraged their warriors to maintain considerable martial vigour, even during the long years of relative peace under the Tokugawa Government.

This attitude was one of the characteristics of the Samurai of the Kyûshû region, and it was in this spirit that the tradition and the associated arts of Shindô Musô Ryû Jojutsu were developed

successeurs perpétuèrent la tradition dans les limites domaine de la famille Kuroda. Cette dernière garda jalement cet art du Jojutsu et en fit une des traditions se- du Clan.

la fin de la période de Tokugawa (1603-1868), il semble deux Dôjô existaient dans le domaine des Kuroda. L'un opéré par la famille Hirano, sous la direction du 15e Maître, tandis que l'autre était sous la responsabilité famille Hamachi, avec à sa tête un homme généralement reconnu comme le 18e Grand-Maître de Shindô Musô

permission de propager le Jojutsu en dehors des limites Clan fut accordée en 1872, peu après la Restauration Meiji (1868). Au début du 20e siècle, Uchida Ryôgorô, peut-être une autre personne de Fukuoka, s'était mis à seigner le Jojutsu à Tôkyô. Parmi leurs élèves figuraient Ryôhei (2e fils de Ryôgorô), Nakayama Hakudô (célèbre maître de Kendô et de Iaidô, et un amiral de la Marine Impériale japonaise), et Morita Kanya, acteur de Kabuki. Pendant ce temps-là, dans le Dôjô central de Fukuoka, Shiraishi Hanjirô Shigeaki, connu comme le 24e Grand-Maître de cet art, continuait d'enseigner le Jojutsu jusqu'à sa mort le 1er mars 1927.

Dès lors, le Jojutsu fut enseigné par ses plus anciens disciples, parmi lesquels figuraient Takayama Kiroku, Shimizu Takaji et Otofuji Ichizô.

En 1927, Shimizu se rendit à Tôkyô et commença d'enseigner le Jojutsu sous l'égide de deux personnages influents : Toyama Mitsuru et Suenaga Setsu. Il établit sa base au Toyama Dôjô et, de là, rayonna dans la région, instruisant des groupes aussi divers que le Département de la Police métropolitaine, le groupe d'étude de Kobudô du Kôdôkan Jûdô, sous l'égide de Kanô Jigorô, les Scouts marins, et bien d'autres groupes encore disséminés dans le pays entier. Shimizu fut également instructeur en Mandchourie, après que

the course of his life, Gonnosuke eventually awarded ching licences to more than ten of these warriors. They their successors carried on the tradition within the of the Kuroda family, who jealously guarded the art secret clan tradition.

the end of the Tokugawa period (1603-1868), it is said there were two Dôjô in the Kuroda area. One was run the Hirano family, under the 15th Headmaster; the other operated by the Hamachi family, under a man usually garded as the 18th Headmaster.

the Meiji Restoration, permission was given to teach outside the domain of the Clan in 1872. By the early Uchida Ryôgorô, and perhaps one other person from Fukuoka, were teaching this art in Tôkyô. Among their students were Uchida Ryôhei (Ryôgorô's second son), Nakayama Hakudô (a famous Kendô and Iaidô Master and an admiral of the Japanese Imperial Navy), and a Kabuki actor named Morita Kanya.

Back at the headquarters in Fukuoka, Shiraishi Hanjirô Shigeaki, called the 24th generation Headmaster of the art, continued to teach Jojutsu until his death on March 1, 1927. After that, Jojutsu was taught by his high-ranking students — Takayama Kiroku, Shimizu Takaji and Otofuji Ichizô.

Shimizu came to Tôkyô in 1927 and began to teach Jojutsu under the sponsorship of two influential men, Toyama Mitsuru and Suenaga Setsu. He made the Toyama Dôjô his base and travelled widely, teaching such groups as the Metropolitan Police Department, the Kobudô Research Group run at the Kôdôkan Jûdô Headquarters under the encouragement of Kanô Jigorô, and other groups in various local areas nationwide, including the Sea Scouts. He also

cette région ait été placée sous contrôle japonais au début des années 30. Quelques temps après la mort de Shiraishi, son Maître, Shimizu Takaji devint Président de la Dai Nippon Jodô Kai (Association de Jodô du Grand Japon). Cette dernière altéra le nom du Ryû (Ryûmei) de *Jojutsu* en *Jodô* en 1940.

Une des conséquences de la défaite des Japonais au terme de la Deuxième Guerre mondiale fut la proscription de toutes les activités martiales de l'Archipel. Le Jodô suivit le chemin des autres arts martiaux et disparut pendant un certain temps pour renaître progressivement plus tard. La Fédération japonaise de Jodô fut créée en 1955 par Toyama Izumi, dont le père avait été un des répondants de Shimizu avant la guerre. A cette époque, Me Shimizu semble avoir été reconnu comme le 25e Grand-Maître de Shindô Musô Ryû. Dans les années 60, le Jodô fut reconnu par la Fédération japonaise de Kendô qui mit sur pied un comité d'experts formé principalement de Me Shimizu et de Me Otofuji. Le but de ce Comité était d'élaborer une méthode pour popula-riser le Jodô à travers le Japon. Plus spécifiquement, l'organisation géante était à la recherche d'un art du bâton approprié comme étude complémentaire pour les pratiquants de Kendô. Finalement, en 1968, la section Jodô de la Fédération japonaise de Kendô introduisit son système de Seitei gata. Seitei gata signifie «formes d'entraînement officiellement normalisées». Dans ce système de Jodô, au sein de la Fédération de Kendô, 12 Kata furent sélectionnés parmi les trois premières séries de Shindô Musô Ryû, et furent considérés comme représentatifs des techiques de cette tradition. Bien que discrètes, quelques altérations significatives furent apportées. Ces Kata sont enseignés de manière à compléter l'entraînement du Kendô Shûgyôsha. Par exemple, le pied arrière est utilisé avec le talon levé et le poids sur l'avant du pied plutôt que sur la totalité de ce dernier comme dans le système classique. De même, la position du corps est plus frontale que la position Hanmi (de côté) qui caractérise Shindô Musô Ryû.

instructed in Manchuria after the area came under Japanese control in the early 1930s. Some time after the death of his Teacher Shiraishi, Shimizu became head of the Dai Nihon Jodô Kai (Greater Japan Jodô Association) which officially altered the Ryûmei (name of the Ryû) from *Jojutsu* to *Jodô* in 1940.

When defeat in the Second World War brought a ban on all martial activities, Jojutsu followed the route of other arts, disappearing for a time, to be gradually revived later. Public demonstrations began again around 1955. The All Japan Jodô Federation was established in 1955 by Toyama Izumi, whose father had been Shimizu's sponsor before the war. By this time, Shimizu seems to have been recognized as the Headmaster of the Shindô Musô Ryû, being called the 25th in that line. In the 1960s, Jodô was recognized by the All Japan Kendô Federation which set up an expert committee mainly composed of Shimizu Sensei and Otofuji Sensei. The goal was to devise ways of spreading Jodô around Japan. Specifically, the giant organization was looking for a form of stick art suitable as a cognate study for Kendô trainees. Finally, in 1968, the All Japan Kendô Federation Jodô introduced their "Seitei gata" forms. The twelve Kata in the Kendô system of stick are taken from the first three levels of the Shindô Musô Ryû and are considered to be representative of the techniques of this tradition. Small, yet significant, changes were made, however, and they are generally taught in a manner designed to complement Kendô training. For example, the trailing foot is used with the heel raised and the weight on the ball of the foot, rather than keeping the full sole of the foot in contact with the floor or ground as in the classical system. The body is turned rather more forward than in the Hanmi (half-body) stance used in Shindô Musô Ryû.

Me Shimizu est décédé en 1978 sans nommer de successeur. Ses nombreux disciples continuèrent de propager le Jodô comme il le leur avait enseigné. Pendant ce temps, dans le centre traditionnel de Kyûshû, d'autres anciens élèves enseignaient également. Finalement, Me Otofuji Ichizô, fort de sa position de disciple le plus ancien de Shiraishi Hanjirô, prit la relève en tant que Grand-Maître du Ryû.

Aujourd'hui, le Jodô se pratique dans tout le Japon. En Amérique, en Asie, en Australie et en Europe, il existe des fédérations continentales de Jodô qui furent créées du temps où Me Shimizu encourageait activement la diffusion de Shindô Musô Ryû au plan international par le biais de son disciple non japonais le plus fameux: Donn F. Draeger.

Il y a également ceux qui pratiquent le Jodô à travers leur engagement dans les organisations internationales de Kendô, ou qui étudient les formes de Seitei gata avec un professeur de Kendô. Pour l'instant, la variété d'organisations internationales auxquelles il est possible de s'affilier, à l'étranger comme au Japon, est en train de créer une grande confusion. Tant et si bien que de nombreux pratiquants de Jodô sont ignorants du fait que ce qu'ils apprennent d'un professeur de Kendô n'est pas un art traditionnel. Encore moins comprennent clairement les différences entre la tradition de Shindô Musô Ryû et le système moderne de Seitei gata. L'absence d'un système de grades cohérent, aussi bien au Japon qu'ailleurs, complique encore la situation.

Aussi, la Fédération internationale de Jodô (International Jodô Federation — IJF), fondée par Me Draeger, sous l'égide de Me Shimizu, tente-t-elle de remédier à cet état de chose. Des précisions sur la progression de ce travail vous sont données dans le chapitre 5.

Partiellement reproduit de *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, avec la permission du Président.

Shimizu Sensei died in 1978 without naming a successor. Many of his students around the Tôkyô district carried on the art as he had taught them. Meanwhile, at the old centre in Kyûshû, other senior students were also teaching. Eventually, Otofuji Ichizô took over the rôle of Headmaster on the strength of his position as the senior surviving disciple of Shiraishi Hanjirô.

Today Jodô is practised all over Japan. In North America, Asia, Australia and Europe, there are continental Jodô Federations that were established during the time Shimizu Sensei was actively pushing the spread of Shindô Musô Ryû internationally through his most famous non-Japanese disciple, Donn F. Draeger.

There are also those who train in "Jodô" through their involvement in international Kendô organizations, or who learn the Seitei gata forms from Kendô teachers. At present, much confusion has resulted from the variety of organizational affiliations that are possible for anyone doing Jodô overseas — or in Japan for that matter. So much so that many trainees are unaware that what they learn from a Kendô teacher is not an ancient art. Fewer still understand the differences between the traditional Shindô Musô Ryû and the modern Seitei gata system. The lack of a coherent grading system both in Japan and internationally further complicates the scene.

This is why the International Jodô Federation (IJF), founded by Draeger Sensei with the help of Shimizu Sensei, is attempting to remedy the situation. Details on the progress so far are given in chapter 5.

Partly reproduced from *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, by permission of the President.

神道夢想流杖道

Shindô Musô Ryû Jodô.

GI : Justice

On peut être maître de sa technique,
mais savoir ce qui est juste
et agir selon cette justice,
c'est être Maître de soi...

GI : Justice

Master technique.
But let justice be your master.
To know and act upon the right —
that is self-Mastery...

2

Un certain état d'esprit

A certain frame of mind

POURQUOI CHOISIR LE KOBUDÔ ?

Les disciplines martiales classiques (Kobudô), issues du Japon, sont encore mal connues en Occident. Peu de gens sont attirés par l'austérité d'une telle étude et une majorité de ceux qui le font réalisent, plus ou moins tôt, que le Kobudô ne correspond pas à leurs aspirations.

D'une manière générale, les néophytes ne trouvent dans l'étude du Kobudô, une réponse directe à leurs questions. La solution véritable se trouve dans une dimension qu'ils ignorent encore, une dimension plus profonde et plus globale.

Pour illustrer ce point important, il m'a semblé intéressant d'examiner quelques-unes des motivations les plus connues qui poussent un individu à entreprendre l'étude d'une discipline martiale quelconque.

A première vue, le Kobudô ne semble correspondre à aucune des motivations qui suivent. *Seul un temps d'expérimentation suffisant apporte la preuve du contraire.* En effet, une étude en profondeur du Kobudô permet à chacune de ces motivations de trouver son aboutissement.

1 — L'auto-défense

L'auto-défense est une des motivations que l'on rencontre le plus souvent chez un néophyte, qu'il en soit conscient ou non.

A première vue, la pratique du Kobudô semble être un moyen peu sûr et très lent de satisfaire à cette motivation. Pas de bottes secrètes mais des formes préarrangées, un enseignement qui met plutôt l'accent sur l'attitude mentale que sur les aspects technique et physique. Il paraît évident que le tir au pistolet et l'étude du combat de rue sont plus appropriés.

L'auto-défense — Une motivation très forte dans certaines grandes agglomérations. Ici, Itô Kazuo et Donn F. Draeger démontrant une technique sur attaque arrière.

WHY CHOOSE KOBUDÔ ?

IN THE West, the classical Japanese martial disciplines (Kobudô) are still very poorly understood. The austerity of the study tempts very few people, and most of those who have persisted for any length of time sooner or later realize that Kobudô does not fulfil what they themselves feel represents their "true" aspirations.

As a general rule, it can be said that beginners do not find in Kobudô a complete answer to their questions within Kobudô. Indeed, the real solution lies within a dimension unknown to them, a dimension which is deeper and more global.

In order to illustrate this important point, I have thought it interesting to examine a few of the more widespread motivations that draw people to study a martial discipline.

At first sight, Kobudô seems to fit none of these motivations. *Only a sufficient trial period will provide proof to the contrary :* an in-depth study of Kobudô does indeed lead to a structure for each of these aspirations.

1 — Self-defence

Self-defence is one of the more frequently encountered motivations for beginners — though they may not be fully aware of the fact.

At first sight, Kobudô might appear an unlikely and a lengthy manner of satisfying this aspiration. There are no

Self-defence — A very strong motivation in some large cities. Itô Kazuo and Donn F. Draeger demonstrating here a technique against attack from behind.

Le sport — Une motivation moderne. Ici, Yamashita, champion du monde de Jûdô, projette son adversaire d'un fauchage intérieur de jambe pour une victoire qui confirmera sa supériorité à l'échelle mondiale... en tout cas en ce qui concerne les tatami de Jûdô.

Cependant, si l'on y regarde de plus près, la véritable autodéfense est une *attitude* qui ne laisse pratiquement aucune place à la violence. A quoi sert une excellente technique si l'on est affecté d'un caractère méprisant, susceptible et violent, qui mène irrémédiablement à des situations de conflit ? Cette *attitude*, que tout Kobudô encourage, consiste à connaître sa place, à respecter autrui d'une manière naturelle, et non par rapport à un titre ou une position, à pratiquer la tolérance tout en se soumettant à une discipline personnelle sévère mais librement et «joyeusement» consentie. Cette attitude, dont découlent une certaine sérénité et un caractère équilibré, ne peut que difficilement mener à un conflit ouvert.

2 — Le sport

L'activité sportive est également une motivation courante. *A première vue,* pour qu'une discipline classique devienne physiquement assez éprouvante pour satisfaire un individu en manque d'exercice, il faut un apprentissage de plusieurs années, alors que le premier entraînement de gymnastique, de natation ou de cyclisme, le gratifiera des plus belles courbatures.

Et pourtant, de manière globale, la pratique d'un Kobudô exige d'un individu qu'il se forge un physique polyvalent alliant la rapidité, la puissance et la souplesse. Ses articulations et sa musculature doivent être à même d'absorber des chocs aussi imprévus que soudains. Seule une parfaite coordination de tous ses mouvements peut assurer la précision de ses gestes. De plus, une nutrition équilibrée et de sérieuses notions de respiration sont nécessaires.

L'haltérophile accompli, par exemple, se montrera excellent à soulever des poids étonnants, mais *physiquement* il n'excellera qu'en cela. Il sera puissant et souple, mais

Sport — A modern motivation. Yamashita, world Jûdô champion, throws his opponent with an inner reaping leg action for a victory which will confirm his supremacy over the Jûdô world... at least as far as Jûdô tatami are concerned.

secrets, only pre-arranged forms and a teaching putting more emphasis on the mental attitude than on the technical and physical aspects. It seems clear that pistol-shooting and street-fighting are more effective.

However, on closer examination, it is clear that real self-defence is an *attitude* requiring no use of violence. What is the point of acquiring an excellent technique if one has a scornful, volatile and violent character which inevitably creates conflict ? The attitude nurtured by all Kobudô is one of knowing one's place, of respecting others in a natural way — not on the basis of title or position — and of practising tolerance whilst, at the same time, subscribing to rigorous personal discipline (but a discipline freely and "willingly" consented to). This attitude, which breeds a certain serenity and a balanced character, seldom leads to open conflict.

2 — Sport

Sport is also a common motivation.

At first sight, a classical discipline requires several years' apprenticeship before it can provide enough physical action to someone in need of exercise, yet the first contact with gymnastics, swimming or cycling will procure many aches and pains proving to the trainee that these activities have great "physical value".

However, in the long run, Kobudô demands comprehensive physical fitness, embracing speed, power and agility. Joints and body must be able to face sudden and often unexpected stress and deal with it properly. Only perfect coordination of movements can ensure accuracy of action. Furthermore, a balanced diet and firm notions on breathing become necessary.

[illegible], en comparaison, de rapidité dans ses déplace-[illegible] le pratiquant de Kobudô sacrifie la «performance» [illegible] «polyvalence».

[illegible] La confiance en soi

[illegible] une motivation courante qui n'est, en fait, pas [illegible] des deux précédentes.

[illegible] l'absence de compétition dans la pratique [illegible] excluant la satisfaction du mérite sportif, des [illegible] et des titres, il ne reste que peu de chose pour [illegible] une couronne de lauriers. La forme préar-[illegible] ne permet ni n'encourage l'intensité que [illegible] en compétition, frustrant du même coup le prati-[illegible] de Kobudô de ce sentiment si enivrant que donne [illegible] et la certitude d'avoir été le plus fort.

Cependant, si l'on se donne la peine d'aller au-delà de cette vision aussi étroite qu'éphémère, on réalisera vite que la véritable satisfaction personnelle et la réelle confiance en soi ne proviennent pas de la certitude d'être plus fort qu'un autre mais de l'assurance de pouvoir vaincre, à volonté, cet adversaire bien plus dangereux, tapi au fond de nous, armé de nos propres incohérences et à l'affût de nos propres contradictions.

4 — Désir de faire partie d'un groupe

La recherche d'une identité à travers l'appartenance à un groupe est une motivation qui peut renforcer les précédentes.

La fréquentation d'un groupe de personnes dont l'ambition tend à se limiter à des exercices pénibles et à une autodiscipline austère n'est pas, *de prime abord*, très encourageante. Les excès d'alcool, de fumée, ou d'autres «plaisirs»

L'intégration à un groupe —
Une motivation naturelle chez la plupart des êtres humains.

[illegible] an accomplished weight-lifter may prove to be [illegible] at lifting amazing weights, but, physically, he [illegible] to do only that. He will be strong and supple [illegible] comparison, will lack the swiftness of motion. The [illegible] will trade performance for "versatility" and [illegible]".

[illegible] Self-confidence

[illegible] quite a common motivation and is, in fact, not [illegible] from the two previous ones.

[illegible] with the absence of competition in Kobudô [illegible] laurels, medals and titles to the winner, there is [illegible] which will make one feel "glorious". The pre-[illegible] form (kata) does not create the same intensity found in competition and therefore withholds the heady feeling brought by victory and the conviction of being the best.

However, if one goes to the trouble of looking beyond this narrow and fleeting image, one soon realizes that real self-confidence does not derive from the conviction of being better than the others, but from the certainty of being able to defeat that opponent lying deep within us, armed with our own inconsistencies and taking advantage of our many contradictions.

4 — The attraction of the group

The search for an identity through belonging to a group furnishes a motivation that can reinforce the work for everyone involved.

Integration in a group —
A natural motivation for most human beings.

La beauté d'une lame japonaise peut être le départ d'une vocation dans les disciplines martiales.

nuisibles à la santé physique et mentale n'y sont guère encouragés. Consacrant le plus clair de leurs loisirs à leur entraînement, ces gens n'ont que peu de temps libre. Rompus par leurs efforts, il préfèrent souvent le calme et le repos aux folles soirées «entre copains», si amusantes soient-elles.

Il faut pourtant admettre que les liens qui unissent les pratiquants d'une discipline martiale sont d'une nature peu ordinaire. Renforcés par la sévérité d'expériences communes, ces liens sont un peu semblables à ceux qui se tissent entre compagnons d'arme, alpinistes ou marins. Très concernés par leur combat contre leur propre ego et habitués à chercher une dimension globale pour toute chose, les pratiquants de Budô sont, en général, des gens d'un abord bienveillant. Leur besoin d'élever constamment le débat en fait des personnes intéressantes et enrichissantes.

5 — L'intérêt culturel

Cette dernière motivation est évoquée par ceux qui sont plus attirés par le côté intellectuel ou culturel du Kobudô que par son côté physique et technique.

A première vue, il semble évident que la pratique du Kobudô est une méthode bien astreignante et compliquée pour acquérir des connaissances culturelles sur le Japon. Il semblerait que des films, des conférences ou des lectures sur le sujet fourniraient une information plus globale et plus facilement assimilable.

Toutefois, si l'intérêt culturel ne consiste pas en une absorption superficielle d'informations mais tend plutôt à une recherche en profondeur des éléments d'une culture différente, alors la meilleure méthode n'est-elle pas de s'imprégner de la mentalité des Japonais d'autrefois en refaisant aujourd'hui, dans le même esprit, les mêmes gestes qu'eux ?

The sheer beauty of a Japanese blade can be the starting point of a lifetime vocation in martial disciplines.

Joining a group of people whose ambition it is to carry out no more than painful exercises and to subject themselves to an austere self-discipline does not, *at first sight*, seem very attractive. Abuse of alcohol, smoke, or other "pleasures" harmful to mental and physical health is hardly fostered. Since these people spend most of their spare time practising, they have very little free time left. Worn out by the effort required in training, they often prefer peace and quiet to the wild nights out "amongst friends", no matter how much fun they may be.

And yet it must be admitted that the bonds between trainees of a martial discipline are of an uncommon kind. Strengthened by the hardship of common experiences, these bonds are similar to those knitted between comrades-at-arms, mountaineers and sailors. Their involvement in the fight against their own ego and their quest for a global dimension to all things are such that, in general, Budô trainees are open and easy to approach. Their constant search for depth in all things makes them interesting and enriching people.

5 — Cultural interest

This reason is advanced by those who are attracted more by the intellectual or cultural side of Kobudô than by its physical or technical side.

At first sight, Kobudô does seem rather a coercive and complicated way of gaining some cultural knowledge about Japan. Films, conferences or lectures on the subject would appear a better way of providing a more global and easily assimilated insight.

[illegible] l'étude du Kobudô provoque chez [illegible] un processus intérieur de changements d'attitude [illegible] bien au-delà de ses motivations initiales.

[illegible] se nourrit de ce qu'on appelle, dans le [illegible] du Kobudô, des «notions». Celles que nous allons [illegible] ci-après sont autant de serrures à ouvrir avec la [illegible] qui soit possible: *le travail sur soi*. Comme ces [illegible] sont interdépendantes, la porte du Dô ne s'ouvrira [illegible] que lorsqu'elles seront toutes débloquées.

[illegible] est la pratique codifiée et symbolique du com- [illegible] dont l'issue, qui était la suppression d'un des [illegible], est devenue la suppression de l'ego de l'un et [illegible]. Pour reprendre les mots de Me Draeger *, *«Les [illegible] du Budô, métaphysiquement parlant, permettent [illegible] d'acquérir une compréhension de l'exis- [illegible] à travers un segment de vie, une sphère d'acti- [illegible] personnelle, dans laquelle peut être ressentie et expérimentée la cadence de la nature. Les formes en Dô (Kobudô, Shinbudô) entendent transférer une attitude envers la vie, du particulier à l'absolu.»*

*Martial Arts and Ways of Japan, Vol. II, Classical Budô, page 25, Donn F. Draeger, Weatherhill, New York & Tôkyô.

Kokoro wo tagayasu

«Le Labour de l'esprit».
Périodiquement, l'homme doit labourer son terrain intérieur pour que la terre y reste meuble et que les graines de la Connaissance puissent y germer.

[illegible] if cultural interest does not consist of a superficial [illegible] of information, but rather involves a thorough [illegible] of the elements of a foreign culture, then what [illegible] is there than reliving the Japanese mentality of [illegible] by reproducing their same gestures, in the same [illegible]

[illegible] have just seen, the study of Kobudô provokes an inner [illegible] of changes of attitude within the individual that far [illegible] his initial motives.

[illegible] feeds on what are called, within Kobudô, "con- [illegible]". The ones that follow are so many puzzles to be [illegible] by the only real key : *self-study*. Since all the pieces [illegible] puzzle are interconnected, the image of the Dô will [illegible] only when they have all been properly positioned.

Kobudô is the codified and symbolic representation of genuine combat, the aim of which used to be the elimination of one's adversary, but which is now the victory over the egos of the two opponents.

To quote Draeger Sensei *: *"Metaphysically speaking, the Dô forms urge their advocates to seek an understanding of the whole of life through a segment of it, a sphere of personal activity in which the cadence of nature can be sensed and experienced. The Dô forms (Kobudô, Shinbudô) thus involve transferring an attitude toward life from the particular to the universal and absolute."*

* Martial Arts and Ways of Japan, Vol. II, Classical Budô, page 25, Donn F. Draeger, Weatherhill, New York & Tôkyô.

"Ploughing the spirit".
A man must periodically plough his inner ground, that the seeds of Knowledge may spring roots in the loosened soil.

concepts / notions

INTRODUCTION

UNE notion, dans le contexte du Budô, c'est *la compréhension intuitive acquise par l'expérience*. Une notion ne peut pas être réellement comprise à partir d'une explication intellectuelle. Le débutant sait qu'elle existe, il en a entendu parler, mais il ne la comprend pas encore. La véritable compréhension passe, à la fois, par le corps, l'intelligence et l'émotion. La différence entre le fait de *connaître intellectuellement* une notion et celui de la *comprendre* peut être expliquée ainsi :

Celui qui *appréhende intellectuellement* une notion peut en parler.

Celui qui la *comprend* peut l'appliquer.

Celui qui l'a *profondément assimilée* l'applique à tous ses actes, automatiquement, toujours et partout.

Au vu de ce qui précède, un chapitre sur les notions fait l'effet d'un coup d'épée dans l'eau. Pourquoi en parler puisque seule l'expérience de telles notions peut vous amener à les comprendre ? Qui plus est, ces notions n'enrichissent le pratiquant que s'il les découvre à travers ses efforts personnels, chaque découverte entraînant une sorte de «Satori» (illumination).

Alors, pourquoi parler ici de notions ? N'est-ce pas contradictoire ? Ce chapitre ne vise qu'à en démontrer l'interdépendance et à indiquer la direction générale dans laquelle il faut les rechercher. Ces pages ont pour but de vous faire *connaître* ces notions. A vous de les *comprendre* par l'expérience !

Les explications de ces notions, telles qu'elles vous sont présentées ici, sont le fruit de mes propres expériences, donc tout à fait subjectives. Cependant, si je n'en avais jamais entendu parler, je n'aurais peut-être pas su les reconnaître, et encore moins les transmettre.

悟

Satori

INTRODUCTION

WITHIN the context of Budô, a concept is *an intuitive knowledge acquired through experience*. A concept cannot be properly understood from an intellectual explanation. The beginner knows that it exists — he has heard about it — but he does not yet understand it. True understanding requires body, intellect and emotions all at once.

The difference between *knowing about* a concept and *understanding* it can be explained in the following way :

He who *knows about* a concept may talk about it.
He who *understands* may apply it.
He who has *thoroughly understood* it applies it instinctively, all the time and everywhere.

In view of the above, why talk about the concepts when only experience can lead to understanding ? Furthermore, these notions enrich the student only if he discovers them through his own efforts, each discovery entailing a kind of Satori (enlightenment).

However, the justification for this chapter on the concepts lies in the fact that it attempts to show the interdependence, on the one hand, and, on the other, that it indicates the general direction in which to seek them. These pages aim to *present* you these concepts — it is up to you to *understand* them through experience.

The interpretation of the concepts, as given here, is the fruit of my own experiences and is, therefore, wholly subjective. However, had I not heard about them beforehand, very possibly I would not have recognized them, and certainly would not have been able to pass them on.

Jûnanshin ou/or Nyûnanshin

Tout en insistant sur le fait que ces notions doivent être *expérimentées*, et cela *en temps voulu*, je pense que la liste que j'ai établie ci-après, et qui est loin d'être exhaustive, peut encourager les différents groupes qui travaillent isolément à découvrir l'extrême richesse de Shindô Musô Ryû.

Finalement, l'apprentissage de ces notions n'est-il pas le but ultime de la pratique du Kobudô ? S'astreindre à une discipline martiale dans le seul but de bouger ou de manier une arme, cela ne reviendrait-il pas à déclamer un poème dans une langue qui nous est étrangère ? Autant le fait de comprendre le sens des mots influencerait notre diction, autant, en ce qui nous concerne, la connaissance de ces notions donne à l'art que nous pratiquons toute son expression.

1 — Jûnanshin ou Nyûnanshin (esprit malléable)

(Notion à travailler dès le début)

Les notions, ces vérités globales, sont autant de graine semées sur le chemin qui mène au «Dô». Si les graines tom bent sur un sol dur, elles ne germeront jamais. Il est don primordial de préparer le terrain en abordant l'étude d'u Kobudô.

La seule manière d'étudier un Kobudô avec quelque succè je dis bien *la seule*, en pesant mes mots, c'est de le fair avec une attitude composée des cinq éléments suivants

1. Patience
2. Confiance
3. Humilité
4. Souplesse d'esprit
5. Disponibilité

Whilst insisting that these concepts have to be *experienced*, and all *in good time*, I believe that the list I have drawn up — which is far from comprehensive — can help the many groups working independently to discover the extraordinary wealth of Shindô Musô Ryû.

Finally, isn't the understanding of these concepts the aim of practising Kobudô ? Isn't submitting to a martial discipline with the sole purpose of handling and manipulating a weapon a bit like reciting a poem in a foreign tongue ? In the same way that knowledge of words will influence our reading, the understanding of these concepts gives meaning to the art we practise.

1 — Jûnanshin, or Nyûnanshin (malleable mind)

(To be worked on from the start)

The concepts are universal truths and are so many seeds sown on the path to the "Dô". If they fall on hard ground they will never sprout. It is therefore of prime importance to prepare the ground when tackling the study of a Kobudô.

The only way to study a Kobudô with any success — and I mean the *only* way — is to adopt an attitude composed of the following five elements :

1. Patience
2. Trust
3. Humility
4. A supple mind
5. Openness

A moins qu'elle ne se transforme en cours de route, toute autre attitude conduit à l'échec. Cette attitude idéale est exprimée à travers la notion appelée *Jûnan (ou Nyûnan) :* flexible ; *Shin :* esprit. Ce sera sur les cinq éléments qui la composent que se porteront tout d'abord les corrections de l'enseignant. Permettez-moi de m'étendre un peu sur l'importance de ces éléments.

L'impatient s'est déjà inconsciemment fixé un but et le temps qu'il mettra à l'atteindre. Le regard fixé sur ce but imaginaire, il ne pourra prêter attention à l'endroit où se posent ses pas. Il foulera aux pieds les graines semées sur son passage. Il n'aura pas la patience d'attendre qu'un certain travail se fasse en lui. Il voudra des résultats rapides. Il lui faudra vaincre son impatience et apprendre à marcher simplement, sans s'occuper du chemin parcouru, ni du but à atteindre mais en concentrant son attention sur l'instant présent (Ichi go Ichi e).

Le sceptique aborde la discipline en la jugeant constamment sur la base des connaissances qu'il a acquises dans d'autres domaines. Il décortique tout et, s'il ne comprend pas, doutera. Doué d'un esprit très logique, il n'acceptera pas, ou seulement avec réticence, ce qui n'est pas vérifiable. Son scepticisme l'empêchera de progresser. Il lui faudra apprendre à faire confiance à son enseignant et à la discipline qu'il a choisie. On ne peut rien prouver en Kobudô. On y acquiert *soi-même* ses convictions et *seulement pour soi-même.*

L'orgueilleux, imbu de ses grandes qualités, va trouver difficile d'admettre qu'il n'y connaît rien. Il se sent à l'étroit dans sa peau de débutant. Il cherchera à justifier ses erreurs ou ses défauts. Son ego dressera des obstacles quasiment insurmontables sur le chemin de sa progression. Il lui faudra accomplir un énorme travail sur lui-même pour réaliser qu'il n'est pas le centre du monde mais un simple voyageur,

Unless it changes during the course of study, any other attitude leads to failure. This ideal attitude is expressed through the concept called *Jûnan :* flexible, and *Shin :* mind (or *Nyûnanshin*). The teacher will first work on correcting the five components constituting it. Please let me extrapolate somewhat on the importance of these elements.

The impatient trainee has already unconsciously set himself a goal and a time limit in which to reach it. With his mind set on this imaginary aim, he will be unable to watch where he steps. He will trample underfoot the seeds that have been sown. He will not have the patience to let a certain amount of work act within him. He craves quick results. He will have to learn to conquer his impatience and learn to walk simply, without identifying with the ground covered, or with the goal to be reached. Rather he must fix all his attention on the present moment (Ichi go Ichi e).

The sceptic broaches the discipline by constantly referring to his learning acquired in other fields. He dissects everything, and if he does not understand, he will contest. He is endowed with a logical mind and will not accept — or only with reluctance — that which is not verifiable. He will have to learn to trust his teacher and his chosen discipline. Nothing can be proved in Kobudô. Beliefs are acquired *by oneself* and *only for oneself.*

The arrogant, steeped in his qualities of greatness, will find it difficult to admit that he knows nothing. He will feel constricted in his role of beginner. He will try to justify his mistakes or his faults. His ego will erect practically insuperable obstacles on his path to progress. He will have to work on himself to realize that he is not the centre of the Universe, but a mere ignorant wanderer, among many others, searching.

Ichi go Ichi e:

ici et maintenant /
here and now

ignorant, comme beaucoup d'autres, qu'il est à la recher che de lui-même.

L'entêté sera tout d'abord servi par son trait de caractère Il foncera sur le chemin du Dô sans trop regarder où il va Mais quand vient le temps des remises en question, son esprit grincera, peu habitué à la mobilité. Il ne se résignera qu'avec difficulté à marcher dans une direction différente de celle qu'il avait jugé bonne car il ne peut marcher qu'obstinément. Mais si c'est avec la même obstination qu'il se met à faire des efforts pour se libérer de cette rigidité d'esprit, alors rien n'est perdu. D'erreurs en déceptions, d'échecs en défaites, son esprit meurtri s'assouplira et s'accommodera des brusques changements de direction que nous réservent les voies du Budô.

L'indisponible abordera une discipline avec ce genre de langage : «Je veux bien commencer (sous-entendu, pour vous faire plaisir !) mais je ne pourrai venir qu'une fois par

The obstinate will first of all be led by his inflexible trait of character. He will rush down the road to the Dô without giving much attention to where he is heading. But when the time comes to question his ways, his mind, not used to adapting, will be crystallized. He will only reluctantly submit to advancing in a direction other than the one he thought good, for he is a stubborn pacer. But if he is as obstinate in trying to free himself from this stiffness of mind, then all is not lost. From errors to disappointments, from failures to defeats, his bruised spirit will soften and will adapt to the sudden changes of direction that lie on the trail of Budô.

Someone who is not flexible will generally approach a discipline with the following kind of argument : "I'll give it a try (implying : to please you !) but I'll only be able to come once a week (I know nothing about the work to be done

semaine (sous-entendu : je ne connais rien du travail à effectuer mais voici mes conditions !) car j'ai d'autres obligations, etc.» Le Kobudô exige beaucoup de temps et de travail. Ce personnage affairé devra vite faire des choix. On ne peut pratiquer sérieusement le Kobudô une fois par semaine. C'est quotidiennement qu'il faut s'entraîner et deux à trois fois par semaine sous la direction d'un enseignant. La participation aux stages et la vie du groupe monopolisent une grande partie des loisirs d'un individu. L'indisponibilité reste un problème majeur et la principale cause de défection.

Pour résumer, lorsqu'on décide d'entreprendre un voyage dont le but est la compréhension de la vie et la découverte de soi-même à travers le Kobudô, il faut prendre le temps, avoir une grande capacité d'adaptation, mettre humblement sa confiance toute entière dans le guide que l'on a choisi et avancer patiemment, pas à pas, attentif et réceptif.

Toutes ces qualités sont comprises dans l'attitude Jûnan-shin. Il est primordial qu'elles soient mises en exergue dès le début car elles sont indispensables jusqu'à la fin du voyage.

2 — Zanshin (état d'éveil)

(Notion à travailler dès le début mais progressivement)

Le terme Zanshin est difficilement traduisible. Littéralement *Zan :* laisser, en reste ; *Shin :* esprit. On n'est guère plus avancé ! Mais si cette notion est si indéfinissable, c'est qu'elle en comprend beaucoup d'autres que nous traiterons séparément. Admettons donc que ces quelques lignes sur le Zanshin soient une introduction englobant des notions complémentaires telles que Metsuke, Shisei, Ma-ai, Kiai, Kime, Ri-ai, ainsi que des notions plus générales comme Fudôshin, Kan-ken, Muga-mushin, etc.

Zanshin

but here are my terms) because I have other commitments, etc." Kobudô demands a lot of time and effort. This busy person will have to make a choice. It is not possible to practise Kobudô seriously once a week. It is a daily exercise, and requires two to three sessions a week with a teacher. The seminars and the life of the group take up a large part of the trainee's spare time. Unavailability is a major problem and the main reason for defecting.

To sum up : when one has decided to undertake a journey with the goal of understanding life through Kobudô and self-discovery, one must take the time, have a great capacity for adaptation, put one's trust in one's chosen guide, and move forward patiently, step by step, and be particularly awake, watchful and receptive.

All these qualities are included in the attitude we call Jûnan-shin. It is essential that they be underlined from the start because they are necessary right to the end of the journey.

2 — Zanshin (state of awareness)

(To be worked on from the start, but progressively)

It is not easy to translate Zanshin. Literally, *Zan :* leave, left behind ; *Shin :* mind. Not much help there ! But if this concept is so indefinable, it is because it embraces many others which will be treated separately. Let's then acknowledge that these few lines on Zanshin form an introduction encompassing the complementary concepts of Metsuke, Shisei, Ma-ai, Kiai, Kime, Ri-ai, as well as the more general concepts such as Fudôshin, Kan-ken, Muga-mushin, etc.

La notion de Zanshin se transmet en deux étapes. Au début, totalement ignorant de ce qu'elle peut contenir, le débutant devra se contenter d'en imiter l'aspect extérieur. Tout d'abord, *le regard,* rivé sur les yeux de l'adversaire, puis *la position du corps,* droite, solide, mais permettant des déplacements rapides, *l'observation méticuleuse des distances,* toujours hors d'atteinte directe. Des *Kiai* énergiques, un bon *contrôle* des mouvements et un «*timing*» correct viennent ajouter la touche finale à ce portrait du Zanshin. Je viens de dépeindre brièvement les points importants du Zanshin mais j'ajouterai que la caractéristique générale de cette notion est une impression de puissance et de grande présence.

Mais ce n'est encore qu'une image. Si elle ne reflète pas, de l'intérieur, un Zanshin plus profond, plus réel, alors, ce n'est que du Zanshin de spectacle, des formes et des figures vides de sens.

The concept of Zanshin is handed down in two stages. At the first stage, the beginner, completely unaware of what this concept might contain, will have to be content with copying only the external aspect. *Attention concentrated on the opponent's eyes, body position should be straight and firm* (but allowing rapid displacements), and there should be *meticulous observance of distances* — always just out of range. *Energetic Kiai, a good control of the movements and proper timing* add the final touch to the overall picture of Zanshin. I have simply portrayed the important points of Zanshin, but I would add that from it should emanate a feeling of powerful bearing and strong presence.

But this is only an image. If it does not reflect an inner Zanshin, a Zanshin much deeper, more real, then it is only a mock Zanshin — forms and figures lacking true meaning. The second stage consists of giving a deeper dimension to

La deuxième étape consiste à donner une dimension plus profonde à ces gestes justes, à ces attitudes correctes. C'est un travail bien plus ardu que lors de la première étape. Un travail d'élimination jusqu'au vide intérieur total. On ne peut être complètement réceptif que lorsqu'on est vide de toute émotion subjective. Vigilance n'est pas synonyme d'un état où prédominent l'inquiétude, la peur, l'angoisse et la nervosité. Ce n'est pas non plus un état de sérénité débordante. Si l'on se risque à le définir, le Zanshin est *l'attitude de quelqu'un dont le physique est en état d'alerte latente, et dont le mental est totalement vide, donc réceptif au signal le plus subtil.*

Ce Zanshin à l'état pur, cet état de grâce où l'on se sent totalement prêt, est une des expériences les plus étonnantes qui soient pour un pratiquant de Budô. De phénomène vibratoire indéfinissable qu'il était, le Zanshin devient alors pratiquement tangible.

La notion de Zanshin est développée très tôt et à tous les stades de l'étude de Shindô Musô Ryû. Dès les premiers Kata, on demande une vigilance extrême de la part du débutant qui, peu habitué à cet exercice, en ressentira parfois une tension insupportable.

Il est par ailleurs intéressant d'observer les gens dans leurs activités quotidiennes pour se rendre compte à quel point le Zanshin est absent de notre civilisation. Se tenir derrière une porte qui peut s'ouvrir brusquement à tout moment, trébucher sur un obstacle, empoigner un récipient brûlant, se heurter la tête en se relevant, bousculer ou se faire bousculer, sans compter les innombrables omissions de la vie quotidienne : les clés à l'intérieur du véhicule, l'égarement de pièces de valeur, etc. Tout cela est typique d'un esprit trop encombré et d'un physique dépourvu de sensibilité.

La notion de Zanshin, développée à un très haut niveau, aura immanquablement des conséquences très positives dans vos activités de tous les jours.

these right movements and correct attitudes ; a much more arduous task than the first stage. It is a process of elimination, until one attains total inner emptiness. One can be completely receptive only when one is devoid of all subjective emotion. Alertness is not the same as a state in which worry, fear, anxiety and nerves rule. Neither is it a state of overwhelming calmness. If an attempt at defining Zanshin is to be advanced, it is *the attitude of someone whose physique is in a latent state of alert and whose mind is totally emptied, and is hence receptive to the most subtle signal.*

Zanshin in its pure form is a state of grace where one feels totally ready. This is one of the most amazing experiences felt by a Budô trainee. From an undefinable vibratory phenomenon, Zanshin then becomes a practical reality. The concept of Zanshin is developed very early and throughout all stages in the study of Shindô Musô Ryû.

From the first Kata onwards, an extreme alertness is required of the beginner. Unaccustomed to this effort, he will sometimes experience a seemingly unbearable strain.

Moreover, it is quite interesting to watch people go about their everyday activities to realize just how much our civilization lacks Zanshin. To stand behind a door that might suddenly open at any moment, tripping over an obstacle, grabbing a hot pan, bumping one's head when getting up, shoving back or being shoved, plus all the countless oversights of day-to-day living: keys left inside the car, mislaying valuable objects, etc. It is all typical of a cluttered mind, a sensitivity lacking in the body.

The notion of Zanshin, developed to a high level, will not fail to have very positive consequences on one's everyday activities.

目付

Metsuke

Tout voir sans laisser voir...

To see all without revealing anything...

3 — Metsuke (concentration visuelle)

(Notion à travailler dès le début)

Me : œil ; *Tsuke :* appuyé, collé, attaché. La notion de Metsuke est une des composantes les plus visibles du Zanshin. C'est, en général, dans les yeux que se regardent deux adversaires car ces «miroirs de l'âme» reflètent souvent des émotions que toute autre partie du corps parvient à dissimuler avec succès.

L'art du Metsuke consiste donc à tout voir sans laisser voir.

Tout voir...

Plus l'œil se concentre sur un point déterminé, plus son champ de vision s'en trouve restreint. Aussi, plutôt que de fixer votre adversaire intensément, regardez-le comme vous regarderiez une montagne lointaine (Enzan wo miru). Ne vous laissez pas distraire par les mouvements que décrivent ses membres ou son arme, mais surveillez calmement la ligne centrale de son corps car c'est elle la meilleure indicatrice de ce qui se prépare. L'avantage de ce regard calme et général est que votre champ de vision s'en trouve singulièrement élargi. Sans relâcher votre attention, vous serez capable d'apercevoir tout obstacle imprévu. Ceux qui sont familiers avec la conduite d'un véhicule ont sans doute déjà

3 — Metsuke (visual concentration)

(To be worked on from the start)

Me : eye ; *Tsuke :* pressed, stuck. The concept of Metsuke is one of the most visible components of Zanshin. Opponents usually look each other in the eyes, because these "mirrors of the soul" often betray emotions that other parts of the body may manage to conceal successfully.

The art of Metsuke consists of seeing all without displaying anything oneself.

To see all...

The more the eye is fixed on a particular point, the more limited is its field of vision. So, instead of staring intensely at your opponent, look at him in the way you would a distant mountain (Enzan wo miru). Don't let his arms or the movements of his weapon distract you, but calmly watch his body's centre-line, for it is the best indication of what is being fomented. The advantage of this detached and general view is an exceptional increase in the field of vision.

expérimenté cette sorte de regard et ils sont conscients que rien n'est plus dangereux que de fixer l'arrière du véhicule qui les précède.

...sans laisser voir

Ceci est une autre paire de manches. Les émotions subjectives telles que la peur, l'appréhension, l'hésitation, l'irritation, la colère, la jubilation, trouvent un terrain fertile dans le domaine du combat. Pour ne rien laisser transparaître dans le regard, il ne suffit pas de contrôler ces émotions, elles finiront toujours par vous trahir, *mais encore est-il nécessaire de parvenir à s'en détacher !*

Cela suppose évidemment un très long travail sur soi-même qui dépasse les limites de ce que vous faites au Dôjô. On se retrouve vite en face de notions qui n'ont plus, en apparence, un rapport direct avec le Kobudô et qui seront traitées ultérieurement.

4 — Shisei (posture)

(Notion à travailler dès le début)

Si vous êtes tant soit peu familier avec les disciplines martiales japonaises, vous n'aurez pas manqué de noter l'importance presque irritante donnée à cette notion.

Ayant moi-même été l'objet, pendant des années, de corrections telles que «Tiens-toi droit ! baisse les épaules ! rentre les fesses !», il m'est possible d'affirmer que cet aspect du Budô pose beaucoup de problèmes au pratiquant, surtout s'il n'est pas de race asiatique.

Il est, en effet, indubitable que la morphologie d'un Occidental diffère de celle d'un Oriental. Quoique solides, les épaules d'un Oriental sont, en général, ascendantes en direction du cou, alors qu'elles forment souvent un angle de 90 degrés avec le cou d'un Occidental. Or, ce dernier

Shisei

Without relaxing your attention, you will be able to foresee any sudden obstacle. Those who are accustomed to driving are no doubt aware of this effect, and recognize that nothing is more dangerous than fixing the rear of the vehicle ahead.

...without revealing anything

This is something quite different. Subjective emotions such as fear, apprehension, hesitation, irritation, anger and joy find a fertile soil in the field of combat. In order not to reveal anything through the eyes, not only must these emotions be controlled — they will always betray you — *but it is necessary to no longer feel them* !

This, of course, demands a long period of self-study which goes beyond the scope of the Dôjô. One soon faces concepts that appear to have no relation with Kobudô but which will be treated at a later stage.

4 — Shisei (posture)

(Concept to be worked on from the start)

If you are a little familiar with Japanese martial disciplines, you will not have failed to notice the sometimes annoying importance attached to this concept.

Having myself endured the crisp orders — "Stand up straight, drop the shoulders, pull in the buttocks !" — for many years, I can state that this aspect of Budô poses many problems to the trainee, particularly if he is not of Oriental origin.

It is undoubtedly true that a Westerner's morphology is quite different from that of an Oriental's. An Asiatic's shoulders, although robust, generally slant downwards from the

a tendance à utiliser davantage ses épaules que ses hanches, ce qui souligne d'autant le niveau déjà «trop élevé» de ses épaules.

Il est donc nécessaire pour les Occidentaux de fournir un effort supplémentaire pour maintenir les épaules au niveau le plus bas (à l'impossible, nul n'est tenu), et pour apprendre à utiliser les hanches. Le dos doit rester droit et les pieds fermement plantés au sol. Cette position permet une meilleure respiration et une vitesse d'exécution supérieure.

Je me permettrai tout de même d'attirer l'attention de ceux qui font de la notion Shisei une notion prédominante sur le fait que le Kobudô n'a jamais préconisé la robotisation des pratiquants. Chaque être humain a une posture bien à lui. Sans toutefois renoncer à une amélioration souhaitable de la position du corps, il est bon d'observer un minimum de respect de la morphologie particulière à chacun. Il est vrai qu'une belle posture est très esthétique et que l'aspect esthétique, sans être prédominant, reste un élément indispensable au Kobudô. Personnellement, plutôt que de harceler un pratiquant à cause d'une position du corps médiocre, je l'encouragerais à «s'arranger» pour conserver son équilibre et une position solide.

L'entraînement sur le terrain reste un excellent moyen de tester votre Shisei. L'herbe humide, les cailloux, les irrégularités du sol et les déclivités auront tôt fait de corriger vos erreurs de position. Ce genre d'entraînement nuira un peu, certes, à l'esthétique de votre technique, mais il vous aidera à réaliser que dans les priorités du Kobudô, la recherche de la beauté du geste ne devrait jamais se faire *aux dépens* de l'efficacité technique, mais parallèlement à cette dernière.

Il existe un autre aspect de la notion Shisei qui est au moins aussi important que le premier : l'attitude mentale. Cette «posture intérieure» reflète la dignité, la droiture et le res

neck, whereas a Westerner's are often set at a right angle to the neck. On the assumption that a Westerner is more inclined to using his shoulders than his hips, then it will only serve to stress the already "high" position of his shoulders.

Westerners are therefore obliged to make an additional effort to keep their shoulders at the lowest possible position—I stress the word "possible"—and to learn to make more use of the hips. The back must be straight and the feet must be firmly fixed to the ground. This stance allows both better breathing and faster movements.

I think it is only right to caution those who tend to be obsessed by the notion of Shisei. Kobudô has never advocated "robotization" of trainees. Everyone has his own particular posture. Without wishing to forego a desirable improvement in the posture, it is well to grant a little respect to the individual's build. It is true that a nice posture is quite aes thetic and that the aesthetic aspect, without being para mount, is an essential element of Kobudô. Instead of badg ering a trainee over a poor position of the body, I would personally encourage him to find a way to keep his balance within a stable posture.

Outdoor training is an excellent way to test your Shisei. The damp grass, the stones, the uneven ground and the slope will quickly contrive to modify your posture. This type o exercise will injure the aesthetics of your technique, to be sure, but it will help you to realize that in the priorities o Kobudô, the pursuit of aesthetics should never be *at the ex pense* of technical efficiency, but rather, should be com plementary to it.

pect. Elle se traduit par un comportement qui ne laisse aucune place aux grossièretés, aux gestes déplacés, aux faux-fuyants. La dignité dans les situations pénibles tout comme dans les moments d'allégresse exprime le Shisei aussi bien que le fait une posture physique impeccable. Il est difficile de dire lequel de ces deux aspects influence l'autre, mais il est certain qu'un Shisei parfait ne peut être atteint que lorsque les attitudes intérieure et extérieure sont en parfaite harmonie.

Me Shimizu en position Hiki otoshi no kamae: un bel exemple de Shisei.

There is another aspect to the notion of Shisei that is at least as important as the first one : the mental attitude. This "inner posture" reflects dignity, uprightness and respect. It is demonstrated by behaviour which tolerates no rudeness, no misplaced gestures or dodges. Dignity in difficult times as well as at moments of joy reflects Shisei as much as an impeccable physical posture. It is hard to say which of the two aspects influences the other, but it is certain that a perfect Shisei can be achieved only when both the inner and the outer attitudes are in perfect harmony.

Shimizu Sensei in Hiki otoshi no kamae: a fine example of Shisei.

間合

Ma-ai

5 — Ma-ai (distance combative entre deux adversaires)

(Notion à travailler dès les Kihon sôtai)

Ma : distance ; *Ai :* harmonie. L'interprétation des distances entre deux adversaires dépend principalement de l'arme utilisée. Dans les disciplines martiales japonaises, le Ma-ai est d'une précision toute particulière. Il n'y a aucune exagération à parler de «millimètres». Me Draeger aimait à citer l'exemple suivant : «*Si mon adversaire peut couper l'étoffe de mon habit, c'est parce que je peux lui couper la peau. S'il peut me couper la peau, c'est que je peux lui couper la chair. Ceci est le Ma-ai adéquat*». Il est donc primordial d'accorder une grand attention au Ma-ai, et cela, dès l'étude des Kihon sôtai.

La notion de Ma-ai doit être appliquée à travers les quatre points suivants :

1. La manière de tenir l'arme.
2. La différence de longueur des armes utilisées.
3. L'utilisation du *Monouchi* (les 20 derniers cm de chaque arme).
4. La distance entre les combattants.

1. Tenue de l'arme

Que ce soit du côté du Jo ou du Bokken, il est extrêmement important de garder une distance d'environ 20 cm entre l'abdomen et la main la plus proche lorsque vous tenez l'arme devant vous. Il faut que vous soyiez conscient que si cette distance se raccourcit du côté du Jo et qu'elle est maintenue du côté du Bokken, ces deux armes finissent par avoir un rayon d'action pratiquement identique. Et si l'on garde en mémoire que le Bokken symbolise un sabre véritable, cette erreur de Ma-ai pourrait avoir, dans la réalité, des conséquences graves.

5 — Ma-ai (combative distance between opponents)

(To be worked on from the Kihon sôtai)

Ma : distance ; *Ai :* harmony. The interpretation of the distances between opponents depends primarily on the weapon employed. In the Japanese martial disciplines, the Ma-ai is particularly precise. It is no understatement to speak of "millimetres". Draeger Sensei liked to put it this way : "*If my opponent can cut the cloth of my clothes, it should be because I can cut his skin. If he can cut my skin, it should be because I can cut his flesh. That is the proper Ma-ai.*" It is therefore essential to devote great attention to Ma-ai from the very first Kihon sôtai.

The concept of Ma-ai must be applied to the following four points :

1. The way in which the weapon is held.
2. The difference in range of the weapons used.
3. The use of *Monouchi* (the last 20 cm of the weapon).
4. The distance between opponents.

1. Holding the weapon

Whether holding the Jo or the Bokken, it is extremely important to maintain approximately 20 cm between the stomach and the nearest hand. You must be aware that if the distance is reduced on the Jo side and maintained on the Bokken side, the two weapons end up with practically identical reaches. Bearing in mind that the Bokken

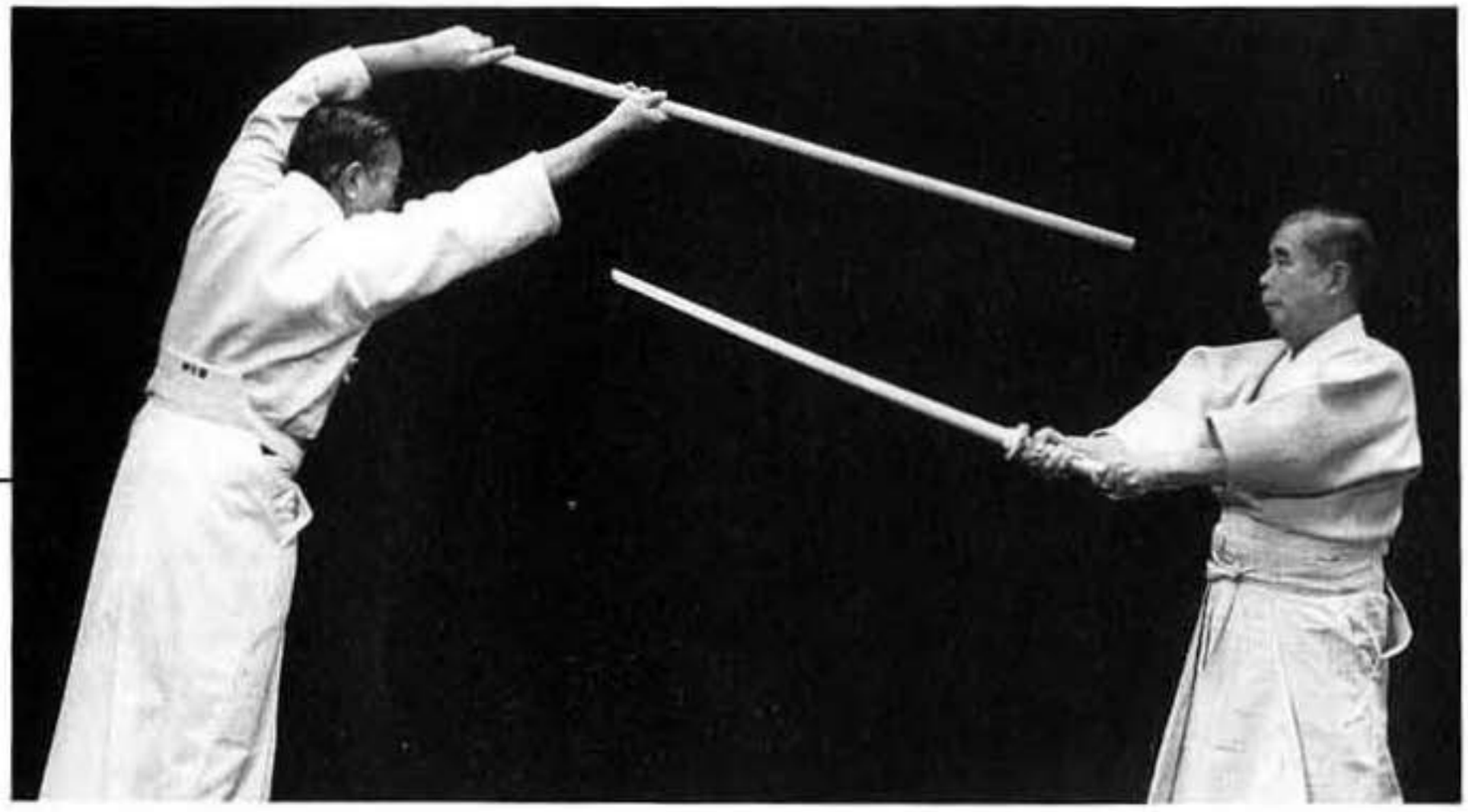
2. Différence de longueur entre le Bokken et le Jo

Dans Shindô Musô Ryû, l'aspect le plus important du Ma-ai réside dans les 22 à 25 cm supplémentaires que le Jo possède par rapport au Bokken. Une majorité des techniques de Jodô est basée sur cette différence fondamentale qui permet de toucher l'adversaire tout en restant hors de son champ d'action, ne serait-ce que de quelques centimètres.

3. Utilisation du Monouchi

La notion de Ma-ai peut également être réduite à néant par une mauvaise utilisation de l'arme lors de l'application des techniques. Il n'y a nul besoin d'être physicien pour savoir que lorsqu'un objet tourne autour d'un axe immobile, l'extrémité la plus éloignée de cet axe est à la fois la plus rapide et la plus puissante lors de l'impact. En ce qui concerne le Jo et le Bokken, seuls les derniers 20 cm sont utilisés pour entrer en contact avec la cible. Cette surface de contact se nomme «Monouchi», littéralement : (segment) qui frappe l'objet.

En ce qui concerne le sabre, on peut dire que la distance qui sépare le Monouchi de la garde (Tsuba) ne sert à rien d'autre que de maintenir le Monouchi à la distance où il



represents a "live" blade, it is clear that this error in Ma-ai could, in reality, have serious consequences.

2. Difference in the reach of the Jo versus the reach of the sword

In Shindô Musô Ryû, the most important aspect of Ma-ai lies in the extra 22 to 25 cm of the Jo over the Bokken. A majority of Jodô techniques is based on this fundamental difference, which places the opponent within your reach whilst remaining out of his, if only by a few centimetres.

3. Use of the Monouchi

The concept of Ma-ai may also be reduced to nothing by an incorrect use of the weapon when applying the techniques. There is no need to be a physicist to realize that when an object revolves around a fixed axis, the point farthest from this axis rotates fastest and has the greatest impact. As far as the Jo and the Bokken are concerned, only the last 20 cm should be used to strike the target. This area is called "Monouchi", litterally: (section), which strikes the object.

As far as the sword is concerned, that part of the blade from the handguard (Tsuba) to the Monouchi serves little more

Malcolm T. Shewan dans un exercice de Tameshigiri. L'utilisation du Monouchi *de la lame est une des conditions principales pour le succès d'une coupe.*

Malcolm T. Shewan practising Tameshigiri. The utilization of the Monouchi *section of the blade is of prime importance to any cutting action.*

se trouve. Quant au bâton, l'extrême diversité des techniques fait que la surface entière de l'arme est mise à contribution à un moment ou à un autre. Toutefois, en ce qui concerne les techniques de frappe, le principe de l'utilisation du Monouchi est le même que pour le sabre.

Un des meilleurs tests pour expérimenter le principe du Monouchi est sans aucun doute la coupe de cible (Tameshigiri) avec le sabre, et la frappe d'éléments compacts mais non rigides avec le bâton.

4. Distance entre les combattants

Il existe trois sortes de distances entre deux combattants. Plus que leur longueur réelle, ce sont les notions que chacune d'elle implique que je vous propose d'examiner.

Tôma : distance éloignée. C'est celle qui sépare deux adversaires au début d'un combat ou d'un Kata. Elle peut varier entre cinq ou dix mètres (environ trois Tatami de long) en ce qui concerne Shindô Musô Ryû, plus encore dans d'autres traditions. Chacun des adversaires a encore le temps de réfléchir, de se désister, de changer de Kamae. C'est un travail d'approche, le point de non-retour n'est pas encore atteint.

Chikama : distance proche. L'intensité du Zanshin s'accroît sensiblement. Les Kamae doivent correspondre. C'est le point de non-retour, encore un ou deux pas et le destin des deux êtres sera lié pour le meilleur ou pour le pire.

Uchima : distance de frappe (ou de coupe). Egalement exprimée par la notion *Issoku-Ittô* (un pas, un sabre), cette distance coïncide avec le moment où le Zanshin atteint son paroxysme. A n'importe quelle fraction de seconde, une attaque soudaine peut avoir lieu, d'un côté comme de l'autre, si ce n'est pas des deux côtés à la fois. Un seul pas sépare les surfaces actives (Monouchi) des armes de leur

purpose than to maintain the Monouchi where it is. As for the Jo, the wide range of techniques is such that the whole surface of the weapon is used at one time or another. However, for the striking techiques, the principle of using the Monouchi is the same as that of the sword.

One of the best ways to experience the use of the Monouchi is undoubtedly the cutting of special objects (Tameshigiri) with the sword, and, for the stick, the striking of flexible but compact targets.

4. Distance between opponents

There are three kinds of distances between opponents. More than the actual distances, it is the notions that they imply that I wish to present.

Tôma : long distance. It is the distance between two opponents at the start of a Kata or combat. In Shindô Musô Ryû, it varies between five to ten metres (about three Tatami long). In other traditions, it may be longer. Each of the opponents has the time to think, to withdraw or to change Kamae. It is approach work, the point of no return is still to be reached.

Chikama : close range. The intensity of Zanshin increases perceptibly. The Kamae must agree. It is the point of no return ; another one or two steps and the fates of the two opponents will be joined for better or for worse.

Uchima : cutting (or striking) distance. Also expressed through the concept of *Issoku - Ittô* (one step, one sword), this distance coincides with the moment when Zanshin is at its height. At any fraction of a second, a sudden attack

cible. Plutôt que de tomber dans le récit épique, je vous propose d'expérimenter vous-même l'extrême tension de Uchima : choisissez un adversaire, prenez chacun un Kamae et au lieu d'exécuter la technique aussitôt, restez sur vos positions quelques instants, prêts à attaquer avec toute la sincérité dont vous êtes capables. L'expérience vous révélera votre niveau de Zanshin, de sang-froid et de rapidité de déplacement.

Si l'on ne s'inspire pas un peu de cette hypersensibilité du Ma-ai qui caractérise le combat réel, on ouvre la porte à toutes sortes d'aberrations. Il n'est malheureusement pas rare de voir des pratiquants couper avec le milieu du sabre, ou d'autres conserver une sérénité naïve, ignorants qu'ils sont encore dans la trajectoire de l'arme de l'adversaire.

Il faut se sensibiliser à la notion du Ma-ai un peu comme on le ferait dans le voisinage d'une bête féroce retenue par une chaîne d'une longueur déterminée. Si l'on s'aventure dans le périmètre dangereux, on se rendra compte rapidement de son erreur.

Dans la pratique du Jodô, une erreur de Ma-ai de la part de Uchidachi (côté sabre) peut avoir des conséquences désastreuses pour la technique de Shidachi (côté bâton). Si, par exemple, Uchidachi coupe sa cible avec le milieu de la lame, Shidachi altérera sa technique pour rester efficace en faisant un pas en arrière. Comme le résultat final est satisfaisant, ni l'un ni l'autre ne ressentira le besoin de changer quoi que ce soit... C'est là le début d'une série de problèmes...

J'ai bien peur que la seule façon de comprendre la notion réelle du Ma-ai serait de perdre, de temps à autre, un bout de doigt, un bout de nez. J'ai toutefois grand espoir qu'un entraînement sérieux permette d'assimiler cette notion de Ma-ai tout en restant intact.

Issoku — Ittô

may be launched from either side, if not from the two sides simultaneously. A single step lies between the weapons' Monouchi and their target. Instead of trying to describe this, I suggest you feel the unbearable tension of Uchima yourself. Choose an opponent, both take a Kamae and instead of immediately executing the technique, remain in your positions for a few moments, ready to strike with all sincerity. The experience will reveal your level of Zanshin, coolheadedness and capacity to move rapidly.

If we are not inspired a little by the hypersensitivity of Ma-ai which characterized real combat, then we open the door to all kinds of aberrations. Unfortunately, it is not so uncommon to see students cut with the middle of the blade, or to maintain a naive composure, totally unaware that they are still standing in the trajectory of the opponent's weapon. One must be sensitive to the concept of Ma-ai a little in the way that one would feel face to face with a wild animal at the end of a chain. If one steps within the dangerous perimeter, one is brutally made aware of this mistake.

In Jodô, an error in Ma-ai on the Uchidachi side (sword) can have disastrous consequences on Shidachi's (stick) technique. For example, if Uchidachi cuts his target with the middle of the blade, Shidachi will adapt his technique to remain effective by taking a step back. Since the final result is satisfactory, neither side will feel any need to change anything. This will be the start of a series of problems.

I would suppose that the only way to truly understand the concept of Ma-ai would be to lose part of a finger or nose from time to time. However, I have great hopes that serious training will allow assimilation of this concept while remaining in one piece.

Kiai

6 — Kiai (énergie unifiée)

(Notion à travailler dès les Kihon)

Ki : énergie ; *Ai :* harmonie. Le Kiai est un élément important des disciplines martiales japonaises ; si important que toute une littérature en a été tirée dans laquelle on peut trouver des affirmations qui relèvent de la plus haute fantaisie. Qui n'a pas entendu parler de l'histoire du guerrier qui paralyse son ennemi d'un formidable cri dont lui seul possède le secret ?

La définition suivante est peut-être plus sobre : le Kiai est un aspect sonore du contrôle de la respiration. Le son a une résonnance particulière qui ne vient pas seulement des vibrations des cordes vocales mais du tréfond de l'individu.

Le Kiai a deux conséquences: l'une physique et l'autre psychique.

La conséquence physique du Kiai est de mettre en action, par l'expulsion brutale de l'air, la partie abdominale d'un individu. Cette partie abdominale est le chaînon reliant les deux autres parties musculaires les plus importantes du corps : les cuisses et le dos. Le Kiai, en contractant la partie abdominale, permet une action concertée du corps entier vers un point donné, avec un maximum d'énergie parfaitement contrôlée.

La pratique du Kiai est fatigante car elle force le pratiquant à se donner chaque fois totalement. Cependant, l'émission régulière du Kiai le rendra conscient de l'endroit où se trouve son énergie et améliorera progressivement l'utilisation de cette dernière.

La conséquence psychique du Kiai n'est pas aussi fantaisiste que certains écrits ou films voudraient nous le faire croire. En fait, un individu bien entraîné ne cillera même pas au son d'un Kiai, à moins que celui-ci soit particulièrement

6 — Kiai (unified energy)

(To be worked on from the Kihon)

Ki : energy ; *Ai :* harmony. The Kiai is an important element in all Japanese martial ways ; so important that it has engendered a whole literature in which the most ludicrous assertions have been made. Who hasn't heard of the story of the warrior paralysing his enemy with a secret method of battle screaming ?

The following definition is perhaps a little more down to earth. The Kiai is the sonic facet involved in the control of breathing. It originates in the lower abdomen and the sound produced has a particular resonance. It is produced not only by the vocal cords but by intense energy issuing from the depths of the individual.

The Kiai may have two effects : one physical and one psychological.

The physical effect of the Kiai is to solicit the abdominal part of the body by forcibly exhaling air. This abdominal part is the link between the two most important muscular parts of the body : the thighs and the back. By contracting the abdominal region, the Kiai permits a concerted action of the whole body on a given point with a maximum of perfectly controlled energy.

The Kiai is tiring because it obliges the trainee to give himself totally each time, but the regular production of the Kiai will make him aware of the origin of his energy and will progressively improve his use of it.

The psychological effect of the Kiai is not as fanciful as some lore or films would have us believe. On the contrary, a well

travaillé. Il est toutefois évident que le Kiai possède une valeur pédagogique à l'endroit d'un débutant. Tout en soulignant fortement l'intensité du travail, le Kiai inattendu peut tester la concentration d'un élève, ou tout simplement le forcer hors de sa léthargie. Le Kiai possède également un effet psychique chez celui qui l'émet. Il lui mettra du «coeur au ventre» (expression particulièrement appropriée ici) lorsqu'il est impressionné par son adversaire.

Finalement, l'intensité du Kiai est un excellent baromètre de qualité du travail effectué dans un Dôjô. Le Kiai peut également être un indice important pour déceler un début de perte de contrôle chez un pratiquant qui s'excite et qui prend le «mors aux dents».

Dans Shindô Musô Ryû, il existe deux sortes de Kiai : le son «éét !» pour tous les coups portés avec le sabre ou le bâton, à l'exception des coups d'estoc pour lesquels le son «hoot!» est utilisé. Dans les deux cas, le son suit un cre-

trained individual will not so much as blink at the sound of a Kiai, unless it is delivered with unusual intensity and resonance. However, it is clear that Kiai is a useful teaching tool for a beginner. While it strongly underlines the intensity of the work, an unexpected Kiai can also be a test of a student's concentration, or can simply shake him out of his lethargy. The Kiai also has a psychological effect on the person who emits it. It will "give him heart" when he faces a formidable opponent.

Finally, the intensity of the Kiai is an excellent indicator of the quality of the work produced in a Dôjô. It can be an important clue in revealing loss of control in a student who is getting worked up and takes the "bit by the teeth".

There are two kinds of Kiai in Shindô Musô Ryû : all *blows* with the sword or the stick are given with the sound " éét !",

scendo coupé net à son apogée par un «t»*. C'est le moment précis où les énergies physique et mentale sont unifiées, au maximum de leur concentration. Bien que le son soit coupé, le «Ki» continue son chemin vers et à travers l'adversaire. Le Kiai se fait la bouche à demi-ouverte pour ne pas laisser le Ki se disperser. Le reste du visage garde, autant que possible, sa sérénité.

L'étude du Kiai suit une progression dont les principales étapes sont les suivantes : le «Han !» timide des premières semaines va se muer en cri de gorge plus sonore. Il faudra ensuite quelques années pour que ce cri de gorge descende dans le bas ventre et soit émis au bon moment (celui de l'impact). Un Kiai parfaitement maîtrisé ne se mesure pas à sa sonorité mais à son intensité.

Finalement, le Kiai n'est pas intrinsèque au Budô japonais. C'est une notion vieille comme le monde : les divers chants rythmant les travaux manuels des populations les plus diverses et le chant grégorien en sont des exemples bien connus.

La notion du Kiai, une autre composante du Zanshin, est intimement liée à celle du Kime.

* L'origine ésotérique des sons et des syllabes utilisés en Budô vient de la pratique shintoïste de «Koto tama», l'étude des sons, vibrations, etc., en tant que manifestations des Lois de l'Univers.

94

and *thrusting blows* are given with the sound "huut !"*. In both cases, the sound goes crescendo and is cut cleanly by a "t" at its height. It is the precise moment when the physical and mental energies are both at the maximum concentration. Even if the sound is cut off, the Ki continues towards the opponent. The Kiai must be made with the mouth half open so that the Ki is not dissipated. The rest of the face maintains, as far as possible, its serenity.

The study of the Kiai follows a development with the following main stages : the "Han !", timid the first weeks, will break into a more resonant shout from the throat. It will then take a few years for this shout from the throat to move down to the stomach and for it to be emitted at the right moment. A perfectly mastered Kiai is not judged by its loudness but by its intensity.

Finally, the Kiai is not limited to Japanese Budô. It is an ancient notion : various work songs and Gregorian chant are two of the more widely known examples.

The concept of Kiai — as an element of Zanshin — is closely linked to that of Kime.

* Often, the sounds and syllables used in Budô have an esoteric origin in the Shintô practice of *Koto tama* — the study of sound vibrations, etc., as manifestations of the Universe and its Laws.

7 — Kime (décision, arrêt)

(Notion à travailler dès le début)

L'application de cette notion n'est possible qu'avec celle de la notion de Kiai. Elle consiste à faire aboutir en un point précis l'énergie (Ki), l'arme (Ken) et le corps (Tai), au moment même où ces trois composantes atteignent *simultanément* leur apogée. Cette trilogie, appelée Ki-Ken-Tai, est indissociable.

Le Kime se traduit par une brève immobilisation des deux derniers éléments (Ken-Tai) tandis que le premier (Ki) continue son trajet vers et à travers le corps et l'esprit de l'adversaire. Si l'un des éléments accuse un léger décalage, le Kime ne sera pas atteint et le manque de coordination résultera en une sensible diminution de l'efficacité du coup porté.

Le sens profond du Kime comporte une notion de finalité. Chaque Kime signifie clairement que l'attaque est supposée avoir atteint son but, et met ainsi un terme au combat. Il n'est donc pas erroné de penser que *n'importe quel Kata pourrait se terminer après le premier Kime.* Lors de tout Kime, cet état d'esprit doit prévaloir à tout prix.

Voici trois conséquences importantes de l'application du Kime :

1. Le Kime permet un excellent contrôle de toutes les techniques ainsi qu'une précision étonnante.
2. L'instant de brève immobilité, lors du Kime, suppose que le Shûgyôsha est en parfait équilibre et qu'il est mentalement prêt à s'adapter à n'importe quelle autre technique, aussi imprévue soit-elle.
3. Lorsque la notion de Kime est parfaitement maîtrisée, le Shûgyôsha qui effectue une séquence très rapide peut s'arrêter à n'importe quel point de Kime sans aucun mouvement d'anticipation pour la technique suivante.

Kime

7 — Kime (decision, check)

(To be worked on from the start)

The exercise of this concept is only possible in conjunction with that of the concept of Kiai. It consists of delivering the energy (Ki), the weapon (Ken) and the body (Tai) at a given point, at the very moment these three components *simultaneously* reach their apogee. This trilogy — called Ki-Ken-Tai — cannot be dissociated.

The Kime is expressed through a short check of the last two elements (Ken-Tai) while the first element (Ki) follows its path through the opponent's body and soul. Should one of the elements be slightly deficient, then Kime will not be achieved and the lack of coordination will result in a marked decrease in the efficiency of one's blow.

The deep meaning of Kime includes a notion of finality. Each Kime clearly indicates that the attack was successful and can thus put an end to the engagement. One can therefore rightly consider that *any given Kata may terminate with the first Kime*. This state of mind should be ever-present during each Kime.

Here are three important consequences of the application of the Kime :

1. The Kime allows an excellent control of all the techniques, as well as a surprising accuracy.

2. During the Kime, the short instant of immobility infers that the Shûgyôsha is in perfect balance and that he is mentally ready to adapt himself to any other technique under any circumstances.

Dans le cas de Shindô Musô Ryû, la première série (Omote) insiste lourdement sur les Kime afin qu'ils puissent être appliqués dans les deux séries suivantes au tempo beaucoup plus rapide. Ce n'est toutefois qu'avec la quatrième série (Kage) qu'une parfaite maîtrise du Kime devient possible.

3. When the concept of Kime is properly mastered, the Shûgyôsha carrying out a very fast sequence is capable of coming to a complete stop at any point of Kime without anticipating the next technique.

In the case of Shindô Musô Ryû, the first series (Omote) puts great emphasis on the Kime so that they can be applied during the next two series with much quicker tempos. It is however only in the fourth series (Kage) that the Kime may be brought to maturity.

8 — Ri-ai (cohérence)

(Notion à travailler dès le début de l'étude de Ran-ai)

Ri : raison ; *Ai :* harmonie. Selon les disciplines, cette notion est prise au sens large du terme. En Aikidô, par exemple, le Ri-ai consistera à souligner l'universalité des principes fondamentaux de cet art. Shindô Musô Ryû prend la notion de Ri-ai au sens propre du terme : *la logique du mouvement*. Cette logique s'applique aux trois points suivants :

1. La distance — Si Uchidachi effectue une coupe d'un endroit trop éloigné ou trop proche, cette action manquera de logique puisque, dans un cas comme dans l'autre, la cible ne pourra être réellement coupée.

2. La cible — Il est également logique de savoir sur quelle partie du corps est dirigée la technique que l'on effectue.

8 — Ri-ai (coherence)

(To be worked on from the study of Ran-ai)

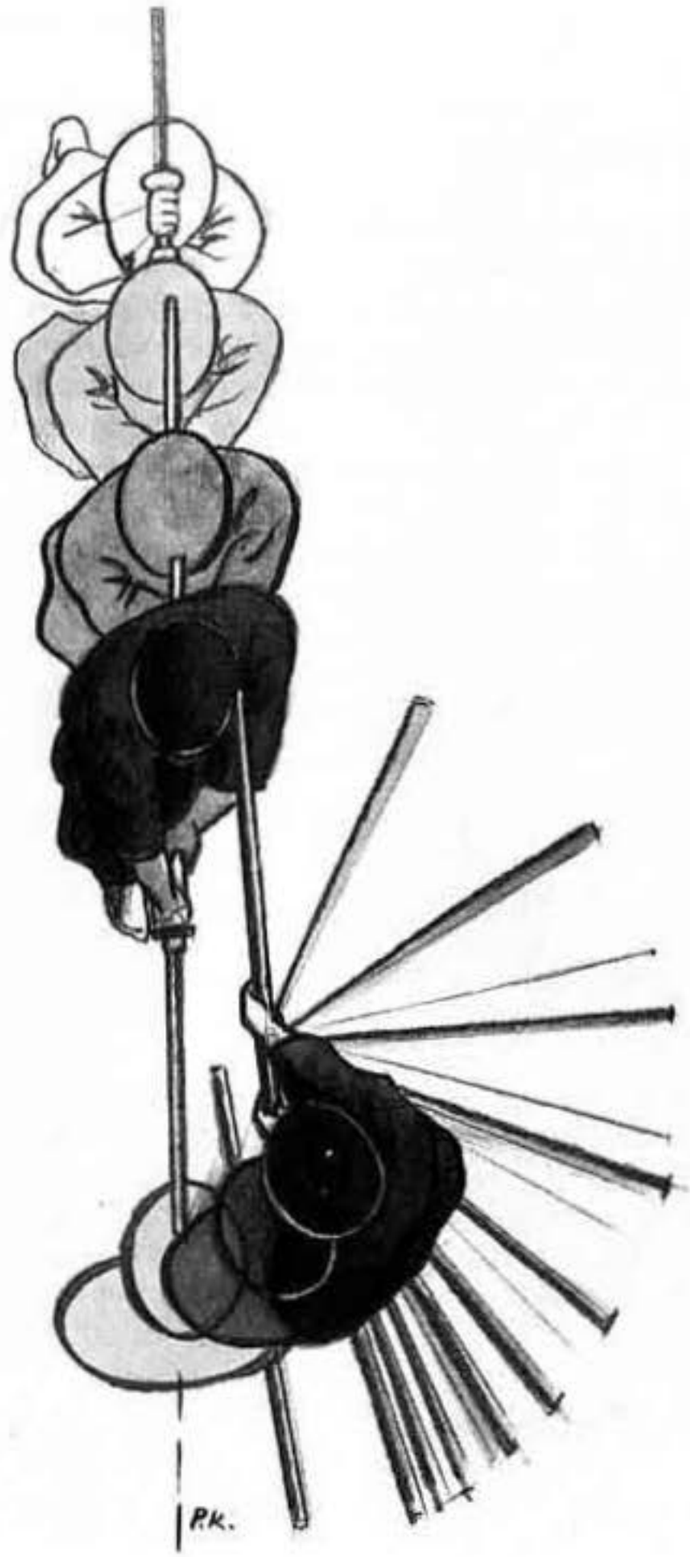
Ri : reason ; *Ai :* harmony. Depending on the discipline, this concept assumes a broad meaning. For example, in Aikidô, the Ri-ai underlines the universality of the fundamental principles of this art. In Shin Do Muso Ryu, the concept of Ri-ai assumes the following meaning : *the logic of movement*. This logic applies to three points :

1. The distance — If Uchidachi cuts from too close or too far, the distance will lack logic because in neither case will the target be cut properly.

2. The target — It is also logical to know where and what we are cutting.

3. Le moment juste — Ou, plus populairement, le «timing». C'est, de loin, l'aspect le plus épineux du Ri-ai. Le Kata, de par sa nature préarrangée, incite à l'anticipation. Si cette tendance n'est pas sévèrement et constamment contrôlée, alors on tombe vite dans de la mauvaise chorégraphie. On verra un Uchidachi couper consciencieusement et avec un Zanshin impressionnant un espace vide, déserté par Shidachi depuis plus d'une seconde. Même un néophyte ne s'y laisse pas prendre. Et c'est malheureusement trop souvent ce genre de spectacle que nous offrent les démonstrations de Budô.

Si les deux premiers points auxquels s'applique le Ri-ai peuvent être assimilés assez facilement, ce troisième point requiert des années d'entraînement sérieux. En effet, éliminer l'anticipation d'une technique alors qu'on en connaît déjà le déroulement demande une concentration peu commune. Sans vouloir donner une recette, je recommande tout de même de suivre les principes suivants :



3. The right moment — Or "timing". It is by far the most subtle aspect of Ri-ai. Because of its pre-arranged nature, the Kata invites anticipation. If this tendency is not severely and constantly controlled, we soon sink into poor choreography. Uchidachi will, with an impressive Zanshin, carefully cut through a void vacated by Shidachi more than a second before. Even a beginner is not deceived. Unfortunately, it is too often this kind of display that one sees at Budô demonstrations.

If the first two points to which Ri-ai applies can be assimilated fairly easily, this third point requires years of serious training. Indeed, to eliminate anticipating a technique of which we know the continuation requires an uncommon state of mind. Without wishing to propose a fixed recipe, I recommend the following ingredients:

氣結び

Ki musubi

氣合わせ

Ki awase

*Jouer le jeu jusqu'à y croire, prendre des risques (raisonnables) en ne se déplaçant qu'au dernier moment *, arriver, par un entraînement sévère, à une rapidité de déplacement au-dessus de la moyenne.*

Un sentiment *dosé* de danger est absolument indispensable pour conserver à la pratique du Kobudô son caractère martial. Un combat où la notion de risque est absente n'est pas un combat, c'est un jeu, ou alors, cela se nomme tristement «massacre» ou «exécution». Ce sentiment de risque exacerbe sensiblement les notions inhérentes au combat : le Zanshin et ses composantes, Metsuke, Shisei, Ma-ai, Kiai et Kime.

* Cette notion du «dernier moment» ou du «moment juste» est également appelée *Ki musubi* (lien entre deux énergies) ou *Ki awase* (harmonie entre deux énergies). Lorsqu'un des adversaires se déplace ou fait un geste, l'autre réagit simultanément comme s'ils étaient tous deux reliés par un fil invisible.

Souvenez-vous que cette notion du risque n'est qu'une bien piètre concession aux dangers du combat réel. Il faut savoir, en effet, que dans le contexte du Bujutsu japonais, toute confrontation à armes égales entre deux adversaires comportait 33% de chances de succès, et non 50% comme on le croit trop souvent. Cette terrible formule mathématique se lit comme suit : 33% de chances de vaincre, 33% de chances d'être vaincu, et 33% de chances de vaincre en mourant (*Ai uchi* : frapper ensemble). Admettons que le pourcentage restant signifie que les deux adversaires retournent à de meilleurs sentiments.

Peu d'hommes d'affaires se lanceraient dans une entreprise avec 66% de chances d'échec. Tout être humain sensé devrait réfléchir à ce calcul avant de s'engager dans une confrontation ouverte. On réalise ainsi qu'un combat, comme une guerre, représente la solution la moins intelligente, et ne devrait avoir lieu qu'à la toute dernière extrémité.

*Accept the situation as it presents itself with complete sincerity, take reasonable risks by moving at the last possible opportunity *, and through severe training, acquire an above-average speed of movement.*

The element of danger is absolutely indispensable to maintaining the martial character in Kobudô. A combat with no notion of risk is not a combat, it is a game, or else it is slaughter. This feeling of danger greatly amplifies the notions inherent to combat: Zanshin and its components Metsuke, Shisei, Ma-ai, Kiai and Kime.

* This concept of "space time", or the right moment, is also called *Ki musubi* (link between energies), or *Ki awase* (harmony between energies). When one of the protagonists moves or makes a gesture, the other moves simultaneously, as if they were one.

Remember that this notion of risk is a paltry sop to the dangers of a real combat. Indeed, it must be realized that in the context of Japanese Bujutsu, as in any combative engagement wheresoever, any contest on equal footing between two opponents gave only a 33% chance of success, and not 50% as often imagined. This frightening mathematical formula decomposes as follows : 33% chance of victory, 33% of defeat, and 33% of forfeiting one's life to obtain victory (*Ai uchi :* striking together). Therefore, any engagement implies from the start 66% chance of death for those involved. Let us say that the remaining one per cent signifies that the opponents thought better of it.

Few businessmen would invest in a project with a 66% chance of failure. Anyone with a bit of sense has to bear that calculation in mind before committing himself to an open conflict. And one realizes that combat or war is the

Le Ri-ai est donc une affaire d'état d'esprit. Si l'on coupe ou frappe n'importe comment, n'importe quand et n'importe quoi, alors il faut aussi admettre que l'on pratique n'importe quoi mais pas une discipline martiale.

9 — Sei to Dô (non-action et action)

(Notion à travailler dès l'étude de Kage)

Tout le Kobudô japonais est soumis à cette loi du rythme : Sei to Dô. Il est d'ailleurs intéressant de noter que dans beaucoup d'autres formes de combats étrangères au Japon, on fait peu de cas de cette notion de rythme. Si, sur le plan de l'efficacité, je ne suis pas qualifié pour porter un jugement, il me paraît indubitable que la notion Sei to Dô apporte un enrichissement aux plans éducatif et esthétique.

Ce rythme de non-action/action peut être plus ou moins marqué selon les techniques mais il doit rester harmonieux. Selon la loi des contrastes, plus le calme est intense, plus l'action paraîtra fulgurante. Sans cette notion de rythme, toute succession de mouvements rapides ou lents paraîtra monotone et sans intensité.

Sei to Dô

least intelligent possible solution and should only exist where there is no other possibility.

Ri-ai is therefore a matter of state of mind. If we hit or strike carelessly, anytime and anywhere, then we must realize that we are practising anything but a "martial discipline".

9 — Sei to Dô (non-action and action)

(To be worked on from Kage)

All Japanese Kobudô are subject to the law of Sei to Dô rhythm. It is interesting to note, by the way, that few forms of combat outside Japan solicit this notion of rhythm. If, concerning the question of efficiency, I would not wish to formulate a judgement, it does seem undeniable that the concept of Sei to Dô enriches the educational and aesthetic aspects.

This rhythm of non-action/action may be more or less marked according to the techniques, but it must remain harmonious. By the law of contrasts, the more intense is the inaction, the more fierce will the action appear. Without

Kokoro wo tatamu

L'aspect technique

Concrètement, la notion Sei s'exprime à travers les prises de Kamae, au début des Kata, et l'action de Osame, à la fin de chaque technique. Kamae et Osame se font d'une manière lente et intense avec tout le Zanshin dont on est capable. La notion Dô, elle, est basée sur une économie extrême des mouvements au profit d'actions rapides, précises, sans anticipation et judicieusement dosées, rythmées par des Kiai et des Kime parfaitement synchronisés.

Dans un sens plus général

Si vous êtes familier avec le Budô japonais, vous n'aurez pas manqué de remarquer que toute activité est entourée d'une notion d'étiquette dont les gestes ont pour but, entre autres, de procurer au pratiquant des plages de non-action d'une grande sérénité. Ces instants de calme préparent ou terminent une activité plus intense. La préparation de l'encre par le calligraphe avant de tracer, d'un seul mouvement, son caractère sur le papier vierge ; les quelques minutes de recueillement avant et après l'entraînement ; le pliage du Hakama * après le cours ; autant d'exemples qui démontrent qu'un certain calme est nécessaire pour assurer la transition entre les activités quotidiennes «normales» et une activité intense où l'individu se monopolise pleinement.

Dans notre vie de tous les jours, moderne et trépidante, cette notion du rythme est absente. Il nous est devenu pratiquement impossible d'observer ces moments de sérénité qui aident l'esprit à se calmer et la tension artérielle à se stabiliser. L'application quotidienne de la notion Sei to Dô

* Lors de mes cours de Iaidô, entre 1969 et 1976, avec Me Kuroda, dans son Dôjô du district de Ôji, à Tôkyô, ce dernier parlait de cette notion au moyen de l'expression : *Kokoro wo tatamu* (repliage de l'esprit).

this notion of rhythm, any sequence of rapid or slow movements will seem monotonous and lacking in intensity.

The technical aspect

In concrete terms, the concept of Sei is expressed through the taking of Kamae at the start of the Kata, and through the action of Osame at the end. Kamae and Osame are carried out slowly and intensely with a perfect Zanshin. The concept of Dô is based on an extreme economy of movement, in favour of fast, accurate, unanticipated and sensibly proportioned actions, supported by perfectly synchronized Kiai and Kime.

In a more general sense

If you are familiar with Japanese Budô, you will not have failed to notice that all activity is invested with a notion of etiquette, the gestures of which are designed to provide the trainee with periods of non-action implying enormous composure. These "spaces" punctuate a more intense activity ; as when preparing the ink for the calligraphy before one draws the character on the virgin paper in a single movement ; the few minutes' meditation before and after training ; folding the Hakama * after the Keiko (training) ; they are the many examples that show that a certain period of composure is necessary to secure the transition from "normal" day-to-day activities to an intense activity where the individual takes totally charge of himself.

* During my Iaidô lessons, between 1969 and 1976, in the Tôkyô district of Ôji, I heard many times Kuroda Sensei speaking of this action through the expression of *Kokoro wo tatamu* : folding of the soul.

peut avoir pourtant des résultats extrêmement positifs : recharge des accus, sérénité accrue et possibilité de concentration décuplée. Ces moments de calme relatif ne nuisent en rien aux impératifs de «rentabilité» imposés par notre société car ils permettent d'augmenter notre efficacité.

10 — Yoyû (marge)

(Notion qui s'acquiert au stade Jutsu - entre 5 et 8 ans d'entraînement)

Nous abordons maintenant le domaine des notions qu'on ne peut travailler mais qui s'acquièrent naturellement à travers l'application régulière des notions plus concrètes que nous avons examinées jusqu'ici.

Lorsque je m'entraînais dans le Dôjô de Me Shimizu, des années durant j'entendis cette remarque que je prenais pour un compliment : «Isogashii, né !». Traduit dans un langage courant, cela voulait dire : «vous vous êtes démené comme un beau diable !». Ravi d'avoir attiré l'attention du Maître par la séquence particulièrement rapide que je venais d'exécuter, je m'inclinais brièvement pour donner plus d'humilité à ma fierté.

余裕

Yoyû

This concept is missing from our modern agitated life. It has become practically impossible to observe those moments of serenity which help to calm the spirit as well as stabilizing the blood pressure. Applying the concept of Sei to Dô can nevertheless have extremely positive results : recharging the batteries, an increased serenity and a tenfold increase in the powers of concentration : nothing, I might add, that is contrary to our tendency to seek better results.

10 — Yoyû (margin)

(Concept that is acquired at the Jutsu stage — 5 to 8 years' training)

We are now coming to the concepts that can't be worked on, but are acquired naturally through a regular study of the more concrete concepts examined up to now.

When I used to train in Shimizu Sensei's Dôjô, I heard for many years a comment which I took to be a compliment : "Isogashii, ne !" Translated into common parlance, it means : "You've really kept yourself busy !". I was very pleased that the particularly rapid sequence I had just executed had caught the Master's eye, and bowed briefly to make my pride appear more modest.

Plus tard, je compris que ce compliment au premier degré était en fait une critique tout à fait justifiée. Occupé à me «démener», je n'avais pas la moindre marge entre les techniques, le moindre répit pour me ressaisir et respirer. Je n'étais pas pris de court mais il n'aurait pas fallu que le Kata dure une minute de plus car mon essoufflement physique et mental aurait eu raison de moi.

Le Shûgyôsha arrivé à un certain stade réalise qu'il a atteint une sérénité relative dans l'application des techniques. Ses réactions sont dosées et l'économie de mouvements qu'il a acquise le font bénéficier d'une certaine *marge*. Il a de plus en plus l'impression que l'adversaire se déplace au ralenti. Il a le temps de voir venir. Me Shimizu, s'il le voyait, remplacerait l'ironique «Isogashii, né !» par «Yoyû ga aru, né !» : «vous avez du Yoyû !».

Lorsqu'un Maître démontre une technique, cette notion de Yoyû est tout à fait remarquable. Les spectateurs, ignorants de cette notion, sont impressionnés par *l'aisance* du Maître. Il prend son temps, ses mouvements sont sobres, dénués de toute fantaisie, de toute anticipation, tout en conservant la grâce qui caractérise tout mouvement naturel.

Les composantes indispensables à cette notion sont Ma-ai, Ri-ai, Zanshin, ainsi qu'une excellente maîtrise technique alliée à une sérénité d'esprit que rien ne peut ébranler (Fudôshin, Muga-mushin).

Later, I came to realize that this apparent compliment was in fact a fully justified criticism. I was so busy "flinging" myself about that I left myself no margin between the techniques to let things manifest themselves and to take the opportunity to rest.

The Shûgyôsha having reached a certain level realizes that he has attained a relative serenity in applying the techniques. His reactions are measured and the economy of movement he has acquired gives him the benefit of a certain *margin*. More and more, he has the impression that the opponent moves in slow motion. He has the time to let things come. If Shimizu Sensei saw him, he would replace the ironic "Isogashii, ne!" by "Yoyû ga aru, ne!" (You have Yoyû!)

When a Master demonstrates a technique, this concept of Yoyû is absolutely remarkable. Observers who are unaware of this notion are impressed by the Master's *composure*. He takes his time, his movements are sober and devoid of any fantasy or anticipation, yet preserve the characteristic grace of natural movements.

The necessary ingredients for this concept are Ma-ai, Ri-ai, Zanshin, as well as an excellent technical mastery com-

Comme toutes les autres notions, le Yoyû est également applicable dans la vie courante. Il est évident que l'individu qui fait les choses avec méthode, précision et sobriété, se ménage du temps entre ses nombreuses activités. Le Yoyû est indispensable à l'être actif. Un homme oisif ne possède pas de Yoyû car cette notion suppose, comme dans la notion Sei to Dô, des instants d'activité intense.

En ce qui concerne Shindô Musô Ryû, l'expérience du Yoyû commence avec l'étude de Kage, la quatrième série. Le contraste frappant entre les mouvements d'inaction (Sei) et les instants d'action (Dô) ne laisse aucune place à l'anticipation et nécessite une sobriété de mouvements sans comparaison avec les autres séries.

11 — Kan-ken (vision intuitive et vision oculaire)

(Notion qui s'acquiert progressivement)

Nous avons traité de la vision oculaire sous la notion Metsuke. L'exposé était divisé en deux parties: *tout voir... ...sans laisser voir*. Nous avons vu comment tout voir. Ne rien laisser voir, vous ai-je fait remarquer, suppose des notions bien plus complexes. Si l'on ne veut rien laisser transparaître dans le regard, il faut faire le vide et ne pas placer son esprit dans ses propres yeux. L'explication de la notion Muga-mushin vous permettra d'entrevoir l'importance de ce vide.

Quant à la notion «Kan», intuition, elle est précisément possible lorsque l'esprit n'est plus absorbé par les yeux et qu'il circule librement dans la totalité du corps, permettant aux sens de détecter des signaux d'une subtilité que l'œil est

Kan-ken

bined with a serenity of mind that nothing can perturb (Fudôshin, Muga-mushin).

Like all the other concepts, Yoyû is equally applicable in day-to-day activities. It is clear that the person who does things methodically, precisely, and soberly, will, throughout his many activities, save himself a lot of time. Yoyû is indispensable to the busy person. A lazy man has no Yoyû because this concept, just like the concept of Sei to Dô, implies moments of intense activity.

As fas as Shindô Musô Ryû is concerned, experience of Yoyû starts with the study of Kage, the fourth series. The striking contrast between the moments of non-action (Sei) and the moments of action (Dô) leaves no room for anticipation and requires a soberness of movement unparalleled in the other series.

11 — Kan-ken (intuition and eyesight)

(Notion acquired progressively)

We dealt with eyesight in the concept of Metsuke. The explanation comprised two parts : *to see all... ... without revealing anything*. We saw how to see all. I had stated that to "not reveal anything" assumes more complex notions. To avoid giving anything away in the eyes means emptying the mind and not projecting the mind in the eyes. The explanation of the concept of Muga-mushin provides an insight into the importance of this "emptying" principle.

As for *Kan,* intuition, it is possible precisely when the spirit is no longer absorbed by the eyes and starts to circulate freely within the whole body, so allowing the other senses to perceive elements so subtle that the eyes alone is incap-

Misogi

incapable de discerner seul. C'est ce que nous appelons communément le sixième sens, sans savoir exactement de quoi nous parlons. Et s'il nous est si familier, c'est parce qu'il a frappé l'imagination de nombreux écrivains et cinéastes qui nous l'ont fait découvrir sous un jour plus que fantaisiste. Seuls ceux qui possèdent le Fudôshin et le Muga-mushin peuvent utiliser ce sixième sens.

La combinaison harmonieuse de Kan-ken décuple notre vision. Lorsque l'adversaire entre en action devant nous, l'œil supervise, sans s'attacher aux mouvements; c'est la vision intuitive qui est aux aguets et sait discerner l'essentiel.

12 — Misogi (ablution, purification)

L'entraînement avait commencé tout à fait normalement. Rien ne laissait prévoir ce qui allait suivre. *Personne n'était prêt.* Après les 300 premiers Suburi (coupes répétitives rapides), la plupart des pratiquants étaient persuadés que l'ordre «Yame !» (stop) allait retentir d'un instant à l'autre. Certains ralentissaient déjà le rythme. A part quelques anciens, plus perspicaces, personne ne s'attendait à ce que cela continue, car tous étaient habitués à ces quelques 300 Suburi au début du cours.

Après 20 minutes, les épaules en feu en raison de la crispation musculaire que les 300 mouvements habituels leur permettaient généralement de supporter, l'inquiétude commença à gagner les moins expérimentés. Ils n'en pouvaient plus, mais il n'était pas question de capituler devant tout le monde. «Si au moins on changeait de mouvement»

able of detecting them. It is what we commonly call the sixth sense without knowing exactly what we mean by the term. It is so familiar to us because it has caught the imagination of many writers and film-producers, who have portrayed it in a manner which may only be qualified as fantasy. Only those who have acquired Fudôshin and Muga-mushin may make use of this sixth sense.

The harmonious combination of Kanken greatly enhances one's vision. The eye observes the opponent's actions without coming identified with them. Intuitive vision is on guard and knows how to discern the essential.

12 — Misogi (ablution, purification)

The training session had started in the normal way. *Nothing warned of what would happen next.* After the first 300 Suburi (rapidly repeated cuts), most of the trainees were sure that the order "Yame !" (stop) would be given soon. A few were already slowing down. Apart from a few older, more astute trainees, nobody expected it to continue, since these 300 Suburi formed a typical start to a lesson.

After 20 minutes, with their shoulders burning on account of muscular fatigue that sets in only after 300 Suburi and lack of experience, some of the less experienced trainees began to feel very uncomfortable. They could not go on, but they could not give up in front of everyone. "If only the movement would change!" they thought to themselves,

pensaient-ils, mais non, le Kiai rythmait le même mouvement et résonnait dans le Dôjô à la manière d'une incantation. Petit à petit, un phénomène de transe s'empara du groupe de pratiquants, la douleur se fit moins vive, l'esprit laissa les dernières questions s'estomper, sans réponse. L'envie de penser elle-même disparut complètement. L'action rythmée, seule, montait vers la charpente apparente du Dôjô comme une prière.

Mais la résistance physique et mentale est limitée différemment chez chacun. Après 45 minutes, les premiers bras tombèrent, aussitôt suivis par quelques autres. Les premiers vaincus ressentaient une sorte de déception mêlée de honte. Et cela continuait. Il y eut encore plusieurs abandons, mais la plupart résistaient, luisants de sueur, le regard vide.

Quelques-uns de ceux qui s'étaient arrêtés reprirent leur place et continuèrent. Tous ne tenaient que par le rythme et le Kiai des plus endurants. La tête vide, ils s'étaient désintéressés de savoir quand cela s'arrêterait. Soudain, un «Yame !» retentit au grand étonnement de chacun. Stupéfaits de réaliser qu'ils auraient pu continuer ainsi encore longtemps, tous, dans le silence revenu, examinaient leurs

but no, the Kiai set the rhythm for the same movement and echoed in the Dôjô like an incantation. Little by little, the group of trainees was engulfed by a state of conscious effort, the pain faded, the mind became oblivious to the last questions which were left unanswered. The need to think progressively melted away. The lone rhythmic action rose to the open beam structure of the Dôjô like a prayer.

But everyone has a different mental and physical resistance. The first hands dropped after 45 minutes, soon followed by a few others. The first to abandon felt a tinge of disappointment, mixed with a sense of shame. And so it continued. A few more gave up, but the majority held on, dripping wet, with an emptied look.

Some of those who had stopped stepped back in and continued. All were held together by the rhythm and the Kiai of the most persistent trainees. Their minds were emptied and they were no longer concerned about when it would stop. Suddenly, to everyone's surprise, "Yame !". In silence, they were all looking at their hands covered in blisters, amazed to realize that they could have gone on like that

mains pleines d'ampoules. Ils se regardaient les uns les autres comme après un rêve surprenant. Certains sortaient d'un véritable cauchemar, d'autres, réveillés en route, se demandaient s'ils n'auraient pas pu continuer, l'auraient-ils vraiment voulu. D'autres préférèrent se chercher des excuses : ils n'étaient pas prêts, la fatigue des jours précédents, etc., puis ils se dépêchaient de les communiquer aux autres qui ne leur demandaient rien. Mais chacun des pratiquants ressentait son ego singulièrement diminué.

Le guide, lui, impassible de Fudôshin, accorda quelques instants à son groupe pour se remettre de ses émotions puis termina l'entraînement avec un salut impeccable, mais sans explications.

Est-il besoin d'une explication ? Le groupe venait de subir un «Misogi surprise». Chacun avait participé à un sur-effort physique et mental. Cela avait été possible en partie grâce à l'état de transe que favorise un mouvement simple, toujours identique, effectué à un rythme intense mais constant. Chacun s'était retrouvé en face de lui-même comme devant un miroir. Chacun s'était vu comme il était réellement : faible, sensible à la douleur, à la fatigue, bref, à sa juste dimension. Certains étaient agréablement surpris, d'autres s'étaient surestimés, mais tous avaient gagné en humilité. Les liens du groupe s'étaient encore renforcés. Tous se sentaient provisoirement purifiés.

Le Misogi est un élément indispensable dans la formation d'un Shûgyôsha selon le principe de *Seishin tanren* (la forge d'un esprit pur). Sans que cette forme d'entraînement devienne régulière, elle devrait être utilisée périodiquement, surtout lors de stages ou d'entraînements intensifs.

for so long. They were all looking at each other, as though after a surprising dream. For some, it had been a real nightmare, and those who had woken up in the middle of it were wondering whether they could have continued, had they really wanted to. Some found excuses for themselves (they weren't ready, the past few days had been tiring), and were quick to convey them to others, who hadn't asked for anything. But each trainee felt his ego remarkably diminished.

The guide, impassive with Fudôshin, gives his group a few moments to get over the shock and then concludes the session with an impeccable bow, but without explanation.

Is an explanation needed? The group has just undergone a "surprise Misogi". Everyone has shared in a mental and physical super-effort. It was made possible partly because of the state of conscious effort aided by a simple movement, always identical, carried out at a steady but constant rhythm. Everyone found himself face-to-face with himself as he really is — weak, susceptible to pain and to fatigue — in brief, each as he really is. Some are pleasantly surprised, others had overestimated themselves, but everyone gained humility. The bonds of the group have again grown stronger. Everyone feels temporarily purified.

Misogi is an indispensable element in forming a Shûgyôsha. It is called *Seishin tanren* (forging of a pure spirit). Without this form of training becoming a regular affair, it should be used periodically, particularly during seminars or intensive training sessions.

13 — Fudôshin (esprit inamovible)

(Notion qui s'acquiert soudainement après un long travail sur soi-même)

Fu : préfixe négatif de la langue japonaise ; *Dô :* mouvement ; *Shin :* esprit. Cette notion n'exprime pas, comme beaucoup le pensent, l'idée d'un esprit immobile. Bien au contraire, il s'agit de *l'esprit dont le cours ne peut être dévié, ni arrêté.*

L'être humain, d'une manière générale, subit les événements plutôt qu'il ne les contrôle. Il est à la merci de ses sensations et de ses émotions. Bouchon dans un océan en folie, il jubile ou déprime selon qu'il est sur la crête ou au creux de la vague. Même sur mer calme, il se laisse entraîner par le courant dominant dans une direction dont il finira par se persuader qu'elle est de son propre choix.

C'est peut-être une image un peu sombre de notre destinée, heureusement contredite par maintes exceptions. Elle n'en est pas moins le reflet de la vérité. Il suffit de regarder autour de soi (ou dans un miroir) pour s'en convaincre. Nous sommes, tour à tour, susceptibles, irritables, enthousiastes, violents puis soudain, selon l'événement, débordants de tendresse, magnanimes et sereins. Une quantité phénoménale d'énergie est ainsi gaspillée dans ces états d'âme aussi intenses qu'éphémères.

Heureusement (ou malheureusement), la force de l'habitude nous permet de supporter cet équilibre précaire de notre sérénité car nous sommes convaincus de notre impuissance. Quoique minoritaire, un nombre tout de même encourageant d'hommes et de femmes refusent cet état de choses. Ils ont décidé de prendre leur vie en main, de contrôler les événements prévisibles et de tirer le meilleur parti de ceux qu'ils ne peuvent prévoir. Ils décident de ce qui leur arrive, savent où ils vont et ce qu'ils veulent.

Fudôshin

13 — Fudôshin (immovable mind)

(Concept that is suddenly understood after much self-study)

Fu : denotes negation in Japanese ; *Dô :* movement ; *Shin :* mind. This concept does not express the idea of an immovable spirit, as many people believe. Quite the opposite: it is *a spirit whose flow cannot be perturbed or interrupted.*

In a general way, Man is manipulated by events rather than being in control of them. He is at the mercy of his feelings and his emotions. Like a cork in a raging ocean, he is elated or depressed depending on whether he is on the crest or in the trough of the wave. Even on a calm sea, he lets himself be carried along by the dominant current and ends up by convincing himself that he himself chose it.

This would appear to be a rather gloomy portrayal of your destiny, but, fortunately, there are many instances that contradict this picture. It is nonetheless a true reflection of reality. A quick glance around (or in a mirror), will convince us of the fact. We are at one moment touchy, at another irritable, then enthusiastic, after that violent, and then, suddenly, depending on the event, brimming over with love, magnanimous and serene. An incredible amount of energy is spent on these moods — as intense as they are short-lived.

Fortunately (or unfortunately), the force of habit allows us to maintain this precarious balance of serenity because of our conviction that we are helpless. They may be in a minority, but an encouraging number of men and women refuse to accept this state of affairs. They have decided to take their life in hand, to control predictable events and to make the most of those events which they cannot foresee.

Ne s'intéressant qu'à l'essentiel, ils ont appris à n'accorder au détail que la dimension qui lui est propre.

Les Japonais nomment cette attitude *Fudôshin*. Cette notion s'acquiert à force de travail sur soi-même. Parmi d'autres systèmes d'éducation, le Kobudô se distingue tout spécialement par les possibilités qu'il offre d'effectuer un tel travail.

Interférences des sensations physiques

Ce travail consiste tout d'abord à s'attaquer aux sensations physiques qui interfèrent constamment avec notre sérénité. Plus on s'habitue au confort, plus on se donne des occasions d'en être frustré. Si des sensations comme la chaleur, le froid, la fatigue, la douleur, la faim et la soif nous gênent assez pour nous détourner de notre activité du moment, nous n'avons alors que peu de chances de parvenir un jour à poursuivre une expérience suffisamment longtemps pour en retirer quoi que ce soit de positif.

La pratique du Kobudô nous suggère un code de comportement particulier qui nous invite à une grande endurance physique et mentale. Plutôt que de vous l'expliquer, permettez-moi de vous dépeindre une situation qui décrit les interférences de sensations physiques chez un individu imaginaire, en laissant de côté, pour l'instant, les interférences émotionnelles et intellectuelles.

«Il est 6 heures du matin, j'ai sommeil, j'ai froid, j'ai terriblement besoin d'un bon café et de quelque chose à manger. Je suis fatigué, les douleurs des courbatures des jours précédents se rappellent à mon bon souvenir. Aujourd'hui, il va faire beau ; malheureusement, pas de petite promenade en perspective et, de toutes façons, avec cette grippe qui ne me lâche pas, j'aurais tout simplement préféré rester tranquille, surtout avec ce livre palpitant à terminer...

Mais au lieu de cela, me voici dans ce Dôjô aux murs froids, avec ces 40 masochistes et ce sadique qui mène le bal. Cha-

They decide what happens to them, know where they are going and what they seek. They are interested in only the essential and have learned to give the details only the dimension they merit.

The Japanese call this attitude *Fudôshin*. This concept is acquired through work on oneself. Kobudô stands out from other systems of teaching because of the special possibilities it offers to carry out such work.

Interference from physical feelings

This work consists of first confronting the physical feelings that constantly interfere with one's serenity. The more we get used to comfort the more we will be frustrated if it is missing. If feelings such as heat, cold, fatigue, pain, hunger and thirst bother us to the point of distracting us from the task at hand, then we have little chance of one day pursuing an activity long enough to derive anything positive from it.

The exercise of Kobudô presents a particular code of conduct which demands great physical and mental endurance. Rather than explain it, allow me to describe a situation depicting the interference of physical feelings in a fictional character, leaving aside, for the moment, the emotional and intellectual interferences.

"It's six o'clock in the morning, I'm sleepy and cold, I badly need a nice cup of coffee and something to eat. I am tired and the aches and pains are a reminder of the previous day's exertions. Today is going to be a nice day; unfortunately, there is not the slightest chance of fitting in a little walk and, anyway, with this heavy cold, I'd much rather take it easy, particularly since I've got this thrilling book...

que Suburi (coupes répétitives rapides) *souligne mon inconfort, dans chaque Kiai résonne la question : pourquoi, pourquoi me suis-je embarqué dans une telle galère ?»*

Cet homme aurait de la peine à répondre sincèrement à cette question. Il est loin d'être convaincu de l'utilité de tous ses efforts, qu'il fait d'ailleurs un peu contre son gré. Pourtant, après coup, il ne peut s'empêcher de ressentir une certaine fierté d'avoir «tenu le coup». Intuitivement, il se dit que si 40 personnes endurent ce qui lui semble un véritable calvaire, cela doit bien mener à quelque chose de valable. Le simple fait d'appartenir à ce groupe et de suivre le même guide constitue souvent une raison suffisante pour continuer.

Après un tel apprentissage, commencé avec réticence et poursuivi avec de plus en plus de conscience, le pratiquant finit par acquérir un état d'esprit complètement différent. Relativement libéré des contraintes physiques, il est mainte-

But instead of that, I'm standing here, in a cold Dôjô, with forty masochists and that sadist hosting this party. Each Suburi (rapid repetitive cuts) *stresses my discomfort and each Kiai screams out the question : What, what the hell am I doing here ?"*

This character would not find it easy to answer that question sincerely. He is far from convinced that all the effort he puts in — a bit against his will — is of any use. Yet, in the end, he can't help feeling a little proud at having "held on". Deep down, he feels that if forty people are prepared to put up with that kind of discomfort, then it must lead to something of value. The simple fact of belonging to the group and of following the same guide is often a good enough reason for continuing.

nant libre de faire ce qu'il veut, pour autant qu'il ne soit pas victime d'interférences d'ordre émotionnel ou/et intellectuel. Et s'il désire s'entraîner de 6 à 7 heures du matin, malgré le froid, le sommeil, la faim, la soif et les courbatures, il peut le faire, consciemment, interdisant à toute sensation d'inconfort de le détourner de sa décision. De plus, il le fera «de bon coeur» car tout effort n'est gratifiant que si cet effort est fait librement et avec joie dans le but d'une progression vers une certaine harmonie.

Avec de la volonté, le soutien du groupe et l'exemple du guide, tout le monde peut atteindre, comme ce pratiquant, le Fudôshin physique.

Et pour ceux qui confondraient encore Fudôshin physique avec austérité monacale et châtiments corporels, qu'ils sachent que le pratiquant qui a atteint le Fudôshin physique n'est pas ennemi des bonnes choses et du confort. Bien au contraire, il saura mieux que quiconque les apprécier car il a librement consenti à en expérimenter régulièrement la privation.

Une longue pratique «consciente» de l'endurance physique mène irrémédiablement le pratiquant vers une confrontation bien plus sérieuse : le combat contre les interférences émotionnelles et intellectuelles. En effet, il sait déjà qu'un état dépressif dû à une grande émotion peut réduire son Fudôshin physique à néant.

Interférences des émotions et des idées

S'il est relativement aisé de se libérer des contraintes physiques, il faut beaucoup plus de volonté pour parvenir à ce fameux détachement émotionnel et intellectuel qui caractérise celui qui possède le Fudôshin.

Une joie débordante comme une grande tristesse, un amour éperdu aussi bien qu'une haine implacable, une

After such an apprenticeship, first started with reluctance and then continued more and more consciously, the student ends up acquiring a totally different state of mind. He is relatively free of physical restraints and is now free to do as he wishes, so long as he does not fall victim to emotional and/or intellectual interferences. And if he wants to train between 6 and 7 in the morning, despite the cold, sleep, hunger, thirst and cramps, he can, consciously, keep all feelings of discomfort from distracting him from his decision. What's more, he will do it joyfully, because an effort is gratifying only if made freely and gladly with the aim of progressing towards a state of harmony.

With the will, the help of the group and the guide's example, all can acquire physical Fudôshin, just like that trainee.

And for those who confuse physical Fudôshin with monastic austerity and corporal punishment, it should be clear that the trainee who has acquired physical Fudôshin is not indifferent to the good things in life and to comfort. Quite the opposite; he will appreciate them better than anyone because he has freely agreed to forfeit them regularly.

A long "conscious" practice of physical endurance invariably leads the trainee to a much more serious confrontation : the struggle against emotional and intellectual interferences. He is well aware that depression caused by a strong emotion can reduce his physical Fudôshin to nought.

Interference from emotions and ideas

Whilst it is relatively easy to free oneself from physical constraints, much more will is needed to reach the state of emotional and intellectual non-attachment that characterizes those who possess Fudôshin.

colère incontrôlable, une humiliation intolérable, une immense déception, une remise en question douloureuse, tout cela est si fort qu'en comparaison, une sensation d'inconfort physique, aussi pénible soit-elle, devient tout à fait négligeable.

Permettez-moi, à nouveau, de brosser un tableau qui parlera mieux que de longues explications. Laissons, cette fois, les interférences mineures de côté en supposant qu'elles soient en partie maîtrisées.

«Toute la semaine prochaine est consacrée à un stage intensif. Mes cinq années d'entraînement m'ont rompu à la rigueur de ce genre d'événement. Pourtant j'hésite beaucoup à y participer...

Tout d'abord, il y a mon amie. Elle va s'ennuyer car elle ne supporte pas de rester seule. Je ne peux supporter l'idée qu'elle puisse flirter avec ses copains, comme ce fut déjà le cas précédemment. J'y penserai constamment et je serai rongé de doute et de jalousie. Et je n'y peux rien !

Puis il y a le fait que le stage a lieu en province. Il y aura tous ces paysans d'alentours avec leurs gros bras et leur parfum d'écurie. Ils sont d'un niveau intellectuel déplorable, sans parler de leur sens de l'humour quasiment inexistant.

Exuberant happiness or deep sadness, mad passion or unyielding hate, uncontrollable anger, unbearable humiliation, a great deception, painful uncertainty ; all this is so powerful that an unpleasant physical feeling, no matter how painful, becomes quite negligible by comparison.

Please allow me to paint a picture that will speak more than long explanations. Let's leave aside the minor interferences, this time, by assuming that they have been partly overcome.

"All of next week is set aside for an intensive seminar. My five years' training have got me used to the harshness of that type of affair. Yet I am hesitating a lot about going...

First, there is my girlfriend. She'll get bored because she can't bear to be alone. And I can't bear the idea of her flirting with her friends as has happened in the past. It will always be at the back of my mind and the doubt and jealousy will gnaw away at me. And there is nothing I can do about it !

And this seminar is being held out in the country. All those big-armed peasants and the smell of the farmyard. Their intellectual level is pitiable and I won't even bother mentioning their non-existent sense of humour.

Bien que celui qui dirige le stage soit d'un niveau technique excellent, je trouve qu'il ne s'occupe pas assez de nous qui sommes haut gradés. Il va nous rabâcher les mêmes bases, plus curieux de savoir si nos savates sont bien rangées que de s'informer de nos problèmes techniques. Il va encore nous seriner des notions d'étiquette, de posture et d'attitude mentale...

D'autre part, l'organisateur du stage est un individu qui n'appartient plus à notre association. Nous l'avons obligé à démissionner car il avait organisé plusieurs stages avec des associations concurrentes. Etant moi-même un des principaux responsables de sa démission, j'ai bien peur qu'il ne me cherche noise. Nous avons déjà eu deux altercations publiques...

Tout compte fait, je préfère rester chez moi !»

Cet individu, que j'espère tout à fait imaginaire, s'il résiste au froid et à la douleur, n'a aucun contrôle sur ses émotions et ses idées. Submergé par des problèmes sentimentaux, des préjugés hautains, des désirs égoïstes et des convictions aussi sectaires que butées, il n'a que peu de chances de progresser. Sa stagnation personnelle sera bientôt source de frustration quand il se verra dépassé par des gens moins expérimentés. A moins d'un choc énorme, c'est la défection à plus ou moins brève échéance.

Il y a un grand pas à franchir d'une simple endurance physique au remodelage d'un esprit. Comment le Kobudô peut-il nous aider à faire ce pas ? La réponse reste la même que précédemment : un guide et un groupe.

Il y a toutefois une nuance concernant ce guide et ce groupe. Dans le premier exemple, on attendait du guide une excellente condition physique et un niveau technique au-dessus de la moyenne. Rien de plus. Le groupe s'aguerrira à son contact et progressera techniquement.

Even though the chap in charge at the camp is of an excellent technical level, I find that he doesn't look after those of us with high grades enough. He's going to feed us with the same basic stuff, and will be more interested in knowing if our sandals are in a straight line than in finding out our technical problems. He is going to drum notions of etiquette, of posture and of mental attitude into us again...

Besides, the bloke who organized the seminar is no longer a member of our association. We forced him to resign because he had arranged other seminars for rival associations. As one of the members who pushed for his resignation, I'm a bit worried he might seek to pick a quarrel with me. We've already had two public brawls...

All in all, I would rather stay at home !"

This individual — a fictional character, I hope — may withstand the cold and pain, but he has no control over his emotions and ideas. He is overwhelmed by sentimental problems, arrogant prejudices, selfish wishes and convictions as set as they are sectarian ; there is little chance that he will progress. His personal stagnation will turn into a source of frustration when he sees less experienced people overtake him. Unless a big shock intervenes, in the long run, he will inevitably give up and quit practising.

There is a large gap to bridge between simple physical fitness and the remodelling of a man's psychological make-up.

How can Kobudô help us bridge this gap? The answer is the same as for the example of the conflict against physical interferences : a guide and a group.

Dans le deuxième exemple, la condition physique et le niveau technique ne suffisent pas. Ce guide doit, en plus, posséder la sagesse et la connaissance dont s'imprégnera progressivement le groupe.

La méthode

Nous savons à présent que le Fudôshin n'est pas une notion qui s'acquiert par l'absorption de connaissances extérieures, mais par le rejet du superflu intérieur et l'abolition de nos multiples ego. Examinons maintenant la méthode.

En tout domaine physique, technique ou mental, le travail est «suggéré» par le guide et accompli librement par l'élève. Ce travail consiste à faire des *sur-efforts.*

L'effort en soi n'est rien.

Celui qui gravit les escaliers d'un immeuble dépourvu d'ascenseur ne fait qu'un effort naturel. Celui qui gravit ces mêmes escaliers alors que l'ascenseur existe (et, il est bon d'ajouter, fonctionne) fait un effort gratuit, certes, mais peut-être dans l'espoir d'améliorer sa santé, ce qui est encore très éloigné du sur-effort.

Si, en revanche, l'individu est sujet à une grande paresse physique et que cet exercice l'a toujours rebuté, il fera un sur-effort en dédaignant l'ascenseur pour les escaliers afin de permettre, par exemple, à des personnes âgées de l'utiliser à sa place.

Inversément, si le point faible de notre homme se trouve être une fierté inflexible, il fera un sur-effort en dédaignant les escaliers pour emprunter l'ascenseur en même temps qu'un voisin avec qui il est en mauvais termes, et qu'il se forcera à saluer poliment.

However, there is a slight difference concerning this guide and this group. In the first example, the guide was expected to be extremely fit and to be of an above-average technical level. Nothing more. The group will strengthen through working with him and will progress technically.

In this second example, physical fitness and technical proficiency no longer suffice. This guide must, in addition, possess the wisdom and the knowledge that will progressively be invested with the group.

The method

We know now that Fudôshin is not a concept that is acquired by absorbing external knowledge, but is acquired by discarding what is superfluous within us — that is, the abolition of our many egos. Let us examine how this may be achieved.

In the physical and technical field, as for the mental aspect, the work is "suggested" by the guide and done by the student. The work consists of *super-efforts.*

Effort in itself is nothing.

Someone who climbs the stairs of a building without a lift is only making a natural effort. Someone who climbs the same stairs when there is a lift (and in working order) is making a gratuitous effort, certainly, though perhaps because he hopes it will be good for his health; nonetheless, he is still a long way from super-effort.

If, on the other hand, that person is a very lazy individual and he has always avoided effort, then he will produce a super-effort by spurning the lift in favour of the stairs to let, for instance, some elderly people use the lift in his place.

Le sur-effort est inexorablement dirigé vers l'endroit le plus sensible de l'individu.

Beaucoup de gens pour qui le travail sur soi-même ne veut rien dire qualifieront ces sur-efforts de masochistes (bien que ce mot ne s'applique qu'à la recherche du plaisir sexuel dans la douleur et l'humiliation). Tout comme du sens véritable du qualificatif qu'ils emploient, ces gens sont ignorants des buts du sur-effort. Ce n'est ni pour satisfaire à un sentiment de culpabilité, ni pour se procurer des plaisirs pervers : l'accomplissement d'un sur-effort est tout simplement un moyen d'acquérir une liberté véritable et une sérénité constante par un travail d'élimination de toute interférence indésirable.

Dans le cadre du Kobudô et du Shinbudô, les occasions de sur-efforts sont innombrables. S'astreindre à s'entraîner malgré une lassitude passagère ; choisir de travailler avec un adversaire pour qui l'on ressent une forte incompatibilité ; choisir de s'occuper d'un débutant alors qu'on brûle de s'entraîner ; essuyer un échec sans émettre d'excuses, même, et surtout, si l'on a des excuses valables ; faire preuve d'une véritable humilité lors d'une victoire très attendue; ce ne sont là que des exemples parmi tant d'autres.

Le Budô, et le Kobudô en particulier, nous mettent en contact fréquent avec des notions ayant trait à la vie et à la mort, même si ce n'est que symbolique. Progressivement, cela nous encourage à prendre du recul. A chaque sur-effort, nous acquérons un peu plus de ce détachement de notre ego. Et, soudain, le Fudôshin est là. De bouchons impuissants, nous nous retrouvons munis d'un gouvernail, d'une quille et d'une voile, et plus rien ne nous détournera de notre destination, quelle qu'elle soit.

And if the weakness of our man is an obstinate pride, he will produce a super-effort by spurning the stairs and taking the lift with a neighbour he can't stand, and by bringing himself to greet him politely.

A super-effort is inexorably directed against the individual's weakest point.

A lot of people who think that work on oneself means nothing call these super-efforts masochistic (even though the word applies only to the gratification of sexual pleasures through pain and humiliation). Just as they ignore the real meaning of the word they use, so they are unaware of the aims of a super-effort. It is not to satisfy a feeling of guilt, nor is it to provide perverse pleasures: carrying out a super-effort is simply a way of acquiring true freedom and constant serenity through the discarding of all useless interferences.

Within the context of Kobudô and Shinbudô, the opportunities for making super-efforts abound. To force oneself to train despite a passing weariness ; to choose to train with an opponent whose person one finds intolerable, choosing to look after a beginner even though one would very much like to practise ; to suffer a setback without making excuses even, and especially if there are excuses; to show humility after a long awaited victory; these are just a few examples.

Budô, and particularly Kobudô, brings us frequently in contact with notions referring to life and death, even if only symbolically. Progressively, it incites us to take a step back. With each super-effort, we detach ourselves a bit more from our ego. Then, all of a sudden, Fudôshin is there. From being powerless corks, we find ourselves with a rudder, a keel and a sail, and nothing will make us deviate away from our goal, whatever it might be.

14 — Muga-mushin (non-ego, non-esprit)

(Notion qui s'acquiert soudainement après un long travail et beaucoup d'efforts)

Cette notion a trait au vide intérieur. Encore faut-il s'entendre sur la signification du vide intérieur. Ce n'est pas un vide où il *manque* quelque chose, c'est le vide qui reste après que l'on a éliminé le superflu composé de nos innombrables ego. Nous en avons longuement parlé dans la notion précédente, le Fudôshin, et je ne m'étendrai pas plus sur la première partie de cette notion : Muga, non-ego.

Mushin, en revanche, ouvre de nouvelles portes. Lorsque le débutant entreprend l'étude d'une discipline martiale, il est ignorant et ne sait pas où placer son esprit. Puis il apprend la technique. On lui dit de placer son esprit dans le mouvement qu'il exécute de façon à le faire avec toute l'intensité dont il est capable. Beaucoup s'arrêtent à ce stade sans se rendre compte qu'il ne sont qu'à mi-chemin de la vérité. Pour mieux comprendre ce fait, lisons un passage des écrits de Takuan, un moine Zen du 17e siècle japonais *:

«Quand vous apercevez le sabre qui vient vous frapper, si vous pensez à parer ce sabre dans la position précise où il se trouve, votre esprit s'arrêtera à l'image de ce sabre dans la position même où vous l'avez aperçu la première fois. Vous ne serez pas assez rapide et vous serez coupé par votre adversaire [...]

Si vous placez votre esprit dans l'action de l'adversaire, votre esprit sera absorbé par cette action. Si vous placez votre esprit dans le sabre de votre ennemi, ce sabre absorbera votre esprit. Si vous placez votre esprit dans les pensées de l'adversaire qui a l'intention de vous frapper, votre

* Traduction de *The Unfettered Mind* de Takuan Sôhô, Kôdansha, Tôkyô.

無我

14 — Muga-mushin (non-ego, non-mind)

(Notion that is suddenly acquired after much work and effort)

This concept refers to an inner emptiness. It is not an emptiness where something is *missing*, but the void that is left after eliminating what was superfluous, created by one's many egos. We discussed this at length in the previous concept (Fudôshin) and so I won't dwell any further on the first part of this concept of Muga : non-ego.

However, *Mushin* opens other doors. When a beginner embarks on the study of a martial discipline, he is ignorant and doesn't know where to place his mind. Then he learns the technique and is told to put his mind in his movement so that he accomplishes it with the greatest possible intensity. Many stop at this stage, and do not realize that they are only half-way to the truth. A passage from the works of Takuan *, a Japanese Zen monk of the seventeenth century, speaks clearly of this:

"When you first notice the sword that is moving to strike you, if you think of meeting that sword just as it is, your mind will stop at the sword in just that position, your own movements will be undone, and you will be cut down by your opponent. [...]

If he (the warrior) puts his mind in the action of his opponent's body, his mind will be taken by the action of his opponent's body. If he puts his mind in his opponent's sword,

* *The Unfettered Mind,* Takuan Sôhô, Kôdansha, Tôkyô.

無心

Muga-mushin

esprit sera absorbé par les pensées de cet adversaire. Si vous placez votre esprit dans votre propre sabre, il sera absorbé par votre propre sabre. Si vous placez votre esprit dans l'intention de couper votre ennemi, cette intention absorbera votre esprit. Si vous le placez dans la garde de votre adversaire, cette garde absorbera votre esprit. [...]

his mind will be taken by that sword. If he puts his mind in the thoughts of his opponent's intention to strike him, his mind will be taken by the thoughts of his opponent's intention to strike him. If he puts his mind in his own sword, his mind will be taken by his own sword. If he puts his mind in his own intention of not being struck, his mind will be taken by his intention of not being struck. If he puts his mind in the other man's stance, his mind will be taken by the other man's stance. [...]

No matter where you put your mind, if you put it in one place, the rest of your body will lack its functioning. If you don't put it anywhere, it will go to all parts of your body and extend throughout its entirety. In this way, when it enters your hand, it will realize the hand's function. When it enters your foot, it will realize the foot's function. When it enters your eye, it will realize the eye's function. If he thinks, he will be taken by his thoughts. [...]

If the mind moves about the entire body, when the hand is called into action, one should use the mind that is in the hand. But if you determine one place in which to put your mind, when you try to draw it out of that place, there it will stay.

Even in moving the mind outside the body, if it is sent in one direction, it will be lacking in nine others. If the mind is not restricted to just one direction, it will be sent in all ten. [...]"

Peu importe où vous placez votre esprit, si vous le placez quelque part, le reste du corps cessera de fonctionner. Cela signifie qu'il n'y a aucun endroit dans lequel on puisse placer son esprit. Si vous ne placez votre esprit nulle part, il ira dans toutes les parties du corps et se répandra dans sa totalité. Ainsi, lorsqu'il entre dans votre main, il en réalisera la fonction. De même, quand il entrera dans votre œil, il en réalisera la fonction. Si vous pensez, vous serez absorbé par ces pensées. [...]

Si l'esprit circule librement dans la totalité du corps, lorsque la main est appelée à agir, vous utiliserez l'esprit qui se trouve dans la main. Si vous déterminez l'endroit où doit se trouver l'esprit, lorsque vous tenterez de l'en extraire, il y restera. [...]

Même lorsque vous utiliserez l'esprit hors du corps, s'il est dirigé dans une seule direction, il manquera dans les neuf autres directions. Si l'esprit n'est pas restreint, il se trouvera dans les dix directions.» [...]

Terminons cet extrait avec ce résumé lapidaire auquel vous aurez tout le temps de penser :

Penser «je ne dois pas penser»
Cela aussi c'est penser.
Ne pensez tout simplement pas
A ne pas penser...

Celui qui a atteint cet état de «non-penser» est très semblable au débutant qui ne sait où fixer sa pensée. La seule différence est que maintenant, la technique est présente.

Une des méthodes pour ne «plus penser» en effectuant une technique est la répétition inlassable des techniques les plus variées, à divers rythmes et à des intensités différentes.

Quand une apprentie dactylo se trouve pour la première fois devant son clavier, elle ne sait rien. Un jour, elle apprend à taper, elle pense alors : mon petit doigt - la touche A, mon index - la touche F, etc. Lorsqu'elle sait dactylographier, elle connaît son clavier par cœur. Mais lorsqu'elle a parfaitement maîtrisé la dactylographie, ses doigts agissent seuls. Elle serait à nouveau incapable de dire quelle touche se trouve à côté du A, mais cela ne l'empêche pas de taper à la perfection.

La dactylographie est devenue une partie d'elle-même.

Muga-mushin requiert la transcendance de toute chose. Et lorsque cette notion s'applique au combat, même symbolique, ce sont des choses importantes qu'il faut transcender. La notion de vie et de mort n'est pas la moindre (Seishi wo chôetsu). Seul l'abandon de la notion de dualité peut permettre cela. *Tant que la vie* (bonne chose) *sera opposée à la mort* (mauvaise chose), *et que nous continuerons à placer notre esprit unilatéralement dans ce qui nous paraît bon, comme la vie, cette dernière absorbera notre esprit et l'esprit ne sera pas prêt quand la mort «attaquera».*

Let us conclude this excerpt with a lapidary summing-up upon which you will certainly have plenty of time to reflect :

To think, "I will not think"
This, too, is something in one's thoughts.
Simply do not think
About not thinking at all.

The person who has reached this state of "non-mind" is very much like the beginner who has no notion as to where he should fix his thought. The only difference is that, now, technical capability is present in him.

One of the ways to "stop thinking" when carrying out a technique is to tirelessly repeat the widest range of techniques at various rhythms and at different intensities. When first learning to type, one sits down at the keyboard, knowing nothing. Then one learns to type, and thinks : "My little finger is for the "A" key, the index is "F", etc." By the time one can type, the keyboard is known by heart. But when typing is mastered completely, the fingers operate by themselves. Again, one could be incapable of saying which key is next to " A", but it doesn't inhibit flawless typing.

Typing has become a part of that person.

Muga-mushin requires transcending everything. And when this concept is applied to combat — even symbolic combat — important things will have to be transcended. The notion of life and death is one of the most important (Seishi wo chôetsu). Only by foresaking the concept of duality is this possible. *So long as life* (seen as good) *is understood as the opposite of death* (seen as bad) *and so long as we are constantly preoccupied with what we classify as good, our spirit will be forever "in chains" and will not be ready when death "attacks".*

守破離

Shû-Ha-Ri

15 — Shû-Ha-Ri (soumission—cassure—éloignement)

C'est le cycle naturel de l'apprentissage, de la pratique et de la maîtrise.

Le stade SHÛ

Celui qui veut apprendre un métier cherche un maître d'apprentissage. Ce dernier trouvé, il accepte librement de se soumettre aux lois de la profession et, comme il est ignorant de tout, il met toute sa confiance dans ce maître d'apprentissage. Dès le début, il fait preuve d'obéissance et se plie à des tâches qui n'ont pas toujours un rapport direct avec ce qu'il est venu apprendre. Il s'aperçoit vite que son maître d'apprentissage ne se limite pas à lui apprendre son métier mais veut aussi que les choses se fassent *d'une certaine manière et dans un état d'esprit bien défini*. Autrefois, ce maître était souvent choisi par le père de l'enfant. Il était dès lors entendu que le flambeau de l'éducation du jeune homme était repris par ce maître d'apprentissage. Dans certains cas, c'est encore vrai aujourd'hui.

En ce qui concerne le Budô, ce premier stade se nomme SHÛ (protéger, se soumettre). Le jeune Gyôsha choisit un Maître ou, plus souvent, est choisi par ce dernier. Dès lors, il se soumettra, sans réserve, aux principes de la tradition. Son expérience ne différera pas beaucoup de celle du jeune apprenti. Cependant, le côté éducatif sera plus poussé que le côté technique. Les tâches domestiques auxquelles il devra s'astreindre lui paraîtront sans aucun rapport avec les disciplines martiales mais c'est pourtant sur l'état d'esprit avec lequel il les exécute que le Maître va mettre l'accent. D'autre part, on attendra de lui qu'il «protège» le bagage technique qu'il est en train de recevoir en excluant toute interprétation personnelle et en appliquant les techniques avec la précision la plus rigoureuse. Le jeune élève dévelop-

15 — Shû-Ha-Ri (complying—breaking—moving away)

It is the natural cycle of apprenticeship, practice and mastery.

The SHÛ stage

A man who wishes to learn a craft looks for someone who can initiate him to the art. When he has found him he freely agrees to abide by the laws of the trade, and, since he is not skilled in anything, he places all his trust in his teacher. From the start, he shows great deference and submits to carrying out duties which sometimes bear no direct relation to what he has come to learn. He quickly realizes that his teacher is showing much more than is required simply by the craft he has come to learn. The teacher wants *to see things done in a certain way and with a well defined state of mind*. In the old days, the teacher was often chosen by the child's father. From then on, it was understood that the continuing of the education of the young man was taken on by the teacher. In rare cases, this is still true today.

In Budô, this first stage is called SHÛ (to protect, to comply). The young Gyôsha chooses a Master or, more usually, is chosen by him. From then on, the student will abide unreservedly to the principles of the tradition. His experience will not be much different from that of the young apprentice. However, the education aspect will be more extensive than the technical aspect. The various tasks he will be compelled to carry out will sometimes seem to him to bear no relation to martial discplines, yet it is the state of mind with which he applies himself to the duties that will be empha-

pera progressivement les qualités de Jûnanshin dont nous avons parlé précédemment.

Dans un métier comme dans le Budô, ce premier stade peut durer de trois à cinq ans. Après cette période, l'apprenti ou le Gyôsha aura une solide connaissance de son métier ou de son art mais n'aura encore aucune expérience pratique.

Le stade HA

L'apprenti, devenu maintenant ouvrier qualifié, doit faire ses propres expériences. Le maître d'apprentissage lui demandera de partir pour pratiquer ce qu'il lui a transmis dans d'autres lieux de façon à ce qu'il soit confronté à de nouvelles difficultés. Le nouvel ouvrier ressentira à ce moment-là une sorte de cassure. Il n'y aura plus personne pour juger son travail et lui donner des conseils. Côtoyant des gens qui ne le connaissent pas, il devra continuellement faire ses preuves. Cette expérience, très dure au début, finira par lui donner une certaine confiance en ses capacités. Tout en appliquant ce qu'il a appris, il se familiarisera avec de nouvelles techniques et rencontrera des gens qui ont une approche différente de la profession. Ses connaissances s'approfondiront au fur et à mesure que son expérience mûrira. Bien que déjà personnalisé, son style sera encore fortement imprégné de celui de son maître d'apprentissage.

Dans le domaine du Budô, cette période se nomme HA (cassure). Elle correspond à la décision de l'élève de quitter le Dôjô pour aller tester ses capacités dans d'autres traditions. Cette expérience, connue sous le nom de *Musha shûgyô* (austérités du guerrier), est jonchée de difficultés. Les défis sont nombreux, les remises en question douloureuses. Cependant, à travers son attitude, c'est encore son Maître que l'on jugera. Il est resté fidèle en esprit à ce Maître, et il est conscient d'être en quelque sorte son représentant itinérant. Après avoir longuement approfondi et enrichi ses connaissances, il acquérera une grande confiance en

sized by the Master. Furthermore, he will be expected to "protect" the technical knowledge he is acquiring by declining to form a personal interpretation and by applying the techniques with the most rigorous precision. The young trainee will progressively develop the qualities of Jûnanshin which we discussed previously.

In a field such as Budô, this first stage may last three to five years. After this period, the apprentice or the Gyôsha will have a solid grounding in his trade or art, but will not yet have any practical experience.

The HA stage

The apprentice is now a qualified technician and must live his own experiences. The teacher will ask him to leave to practise what he has taught him in other places and to face new difficulties. There will be no one to appraise his work or to give him advice. Moving amongst people who don't know him, he will always be having to prove himself. This experience, very hard at the beginning, will, in the end, give him a certain confidence in his ability. While applying his past experience, he will learn new techniques and will meet people who have a different approach to the craft. His knowledge will increase as his experience matures. Even though he has developed a personal style, it is still strongly influenced by the teaching of his master.

In Budô, this period is called HA (break). It is the time when the trainee decides to leave the Dôjô to go and test his competence in other traditions. This experience, called *Musha Shûgyô* (austerities of the warrior) is fraught with difficulties. The challenges are many, and the learning experiences are painful. However, through the student's attitude, it is the

soi et personnalisera sa technique. Il aura finalement sa propre idée de l'art qu'il pratique. Cette période peut durer de dix à vingt ans, voire plus.

Le stade RI

Le stade RI est l'aboutissement naturel des deux premiers stades. L'ouvrier, comme le Shûgyôsha, peut revenir vers son Maître pour le seconder ou lui succéder à la tête de l'entreprise ou du Ryû. Mais le plus souvent, fort de ses expériences personnelles, il voudra voler de ses propres ailes et créer un style personnalisé en accord avec ses propres idées.

Il est possible que l'ancien élève ait dépassé le Maître, dans le domaine technique tout au moins. Dans ce cas, ce dernier en retirera des enseignements et se louera d'avoir été le point de départ d'une telle vocation.

A ce moment, devenu Maître à son tour, l'ancien élève se *déchargera de ses devoirs envers son Maître* tout en lui conservant son respect et sa reconnaissance pour lui avoir donné des bases solides sur lesquelles il a pu construire son propre style. Il n'a désormais à répondre de personne d'autre que de lui-même.

Conclusion

La progression naturelle exprimée dans la notion Shu-Ha-Ri peut se retrouver dans les domaines les plus variés, du plus insignifiant au plus global. L'enfant qui apprend à couper du bois aux côtés de son père devra reproduire les mêmes gestes que ce dernier (SHÛ). Après quelques jours, lorsque le père jugera que l'enfant est assez habile, il le laissera faire seul. Les jours suivants, l'enfant fera ses expériences. Il essayera plusieurs méthodes, coupera son bois trop gros, se blessera peut-être quelques fois (HA!). Après quelques

精神

鍛錬

Seishin tanren

Master who will be judged. He has remained faithful, in spirit, to his Master, and is aware that he is in some way his representative in the world. After increasing and enriching his knowledge at length, he will acquire great confidence in himself and will develop his own technique. He will have, at last, his own idea of the art he is practising. This period may last ten to twenty years, or more.

The RI stage

The RI stage is the natural consequence of the first two stages. The craftsman or the Shûgyôsha can return to his Master to be his assistant or to succeed him at the head of the company or of the Ryû. But, more often than not, because of his own personal experiences, he will want to do his own thing, to create a personal style based on his own ideas.

It is possible that the former pupil has overtaken the Master, in the technical field at least. If this is the case, the Master will draw some lessons from it and will pride himself on being the starting point of such a fine vocation.

At that time, himself a Master, the former pupil will *discharge his duties towards his Master* — while still according him all the due respect and gratitude for giving him the solid bases on which to construct his own style. He now has no one to answer to but himself.

Conclusion

The natural progression expressed in the notion of Shû-Ha-Ri is encountered in the most diverse spheres, from the most insignificant to the most global. The child learning to chop wood alongside his father will have to copy his movements

mois, il aura relativement maîtrisé cette activité. Il coupera le bois à sa façon (RI), mais le temps mis à le faire et la dimension des morceaux de bois seront tous deux acceptables.

Plus globalement, l'enfant est au stade SHÛ jusqu'à son adolescence. Tout ce que lui disent ses parents reflète la seule vérité qu'il connaisse : il obéit. Dès l'adolescence, il entre dans le stade HA. Cassant son moule, il fait ses expériences à l'extérieur du noyau familial. Les idées différentes, les nouvelles influences qui le charment entrent souvent en conflit avec les connaissances qu'il a acquises au stade SHÛ. Il devient à son tour père de famille. Il mène une vie en général différente de celle que ses parents ont menée. Il est au stade RI et peut superviser le stade SHÛ de son propre enfant.

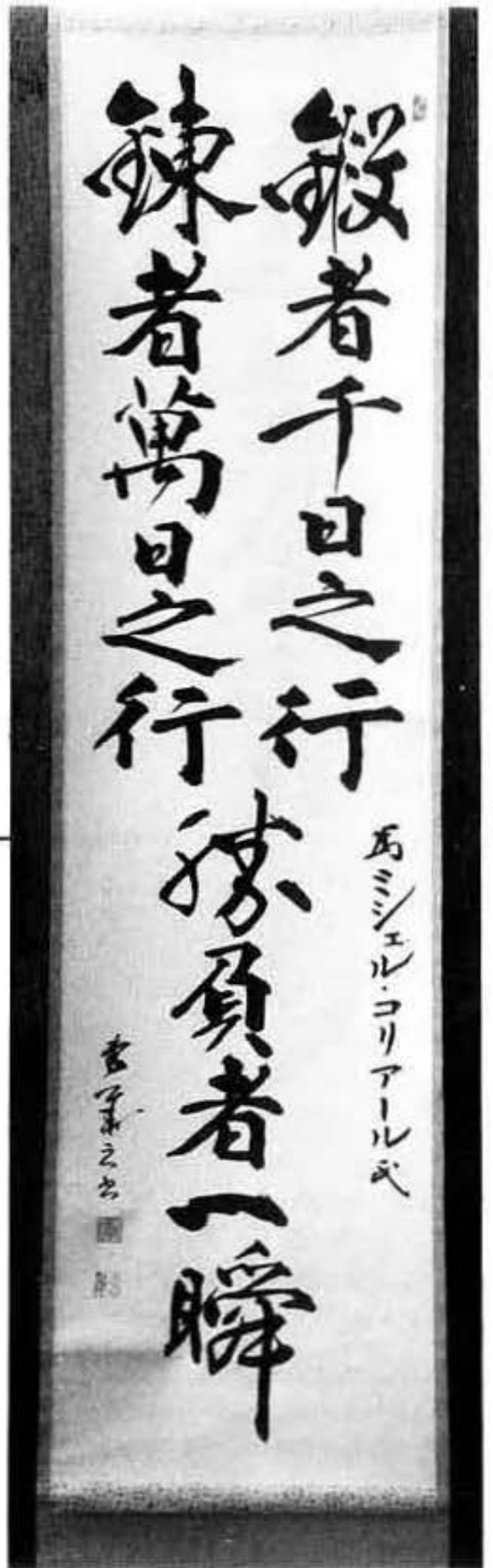
Lorsqu'un individu veut brûler les étapes, il se crée automatiquement toute une série de problèmes qui viennent s'ajouter à ceux, suffisamment nombreux, inhérents à chaque stade.

Une maxime japonaise concernant la notion *Seishin tanren* (forge d'un esprit pur), chère aux pratiquants de Budô, illustre assez bien ce qui précède : *«En Budô, il faut mille jours pour apprendre (la technique), dix mille jours pour la polir ; la différence entre la victoire et la défaite se mesure en fractions de seconde.»*

Ce n'est qu'au bout de ces quelque 33 ans que la notion du stade RI peut être comprise et qu'il devient possible de transmettre une Connaissance riche et globale.

Calligraphie de Me Kuroda.

Calligraphy by Kuroda Sensei.



(SHÛ). After a few days, when his father reckons he is skilful enough, the child will be left alone. Over the next few days, the child will make his own discoveries. He will try several methods, will chop the wood too thick — he might even injure himself a few times (HA!) Then, after a few months, he will have mastered that skill. He will chop the wood his way (RI), but the time he spends doing it and the size of the logs will both be acceptable.

In a more general sense, the child is at the SHÛ stage until adolescence. Everything his parents tell him reflects the only truth he knows; he obeys. At adolescence, he enters the HA stage. Breaking his mould, he makes his own experiences outside of the household nucleus. The different ideas and the new influences which allure him are often in opposition with the ideas he learned at the SHÛ stage. Then he in turn fathers a family. His lifestyle is in general different from that of his parents. He is at the RI stage and can oversee his own child's SHÛ stage.

When someone wants to cut corners, he automatically creates a series of problems that are added to the already abundant difficulties of each stage.

A Japanese saying concerning the concept of *Seishin tanren* (forging of a pure spirit) — dear to Budô trainees — illustrates the above quite well :

"In Budô, it takes one thousand days to learn (the technique), ten thousand days to polish it ; the difference between victory and defeat is a matter of fractions of a second."

It is only after those 33 years that the concept of the RI stage can be understood and that it is possible to hand down a rich and global Knowledge.

Sensei

16 — Sensei (le Maître)

Sen : avant ; *Sei :* la vie ; celui qui a vécu avant.

Dans les notions dont nous avons parlé, il est souvent fait mention du Guide ou du Maître. Ce personnage mythique, qui est-il ? d'où sort-il ? Comment le reconnaître et où le trouver ?

Autant de questions auxquelles il serait hasardeux de répondre d'une manière trop catégorique. Comme il est dit à plusieurs endroits dans cet ouvrage, le véritable Maître est très rare.

C'est, en quelque sorte, un homme qui a une vie d'avance sur nous. Quand il était plus jeune, un Guide l'a aidé à parcourir le chemin dans lequel nous nous sommes engagés. Il l'a suivi jusqu'au bout et, après mille difficultés qu'il lui a fallu vaincre une à une, il a atteint la destination finale : l'illumination, le «Dô».

Des milliards d'êtres humains ne partent jamais, des millions tentent le voyage mais finissent par abandonner, quelques milliers seulement parviennent à destination.

Cet Homme est maintenant à nouveau au point de départ, il a bouclé la boucle. Il peut montrer à d'autres le chemin dont il connaît tous les détours, tous les dangers, mais il ne peut marcher à leur place. C'est pour cette raison qu'il sélectionne au départ les bons marcheurs, les voyageurs qui semblent s'être préparés. Malgré ce tri préalable, il sait que beaucoup ne suivront pas longtemps. Trop sont partis surchargés de bagages. La plupart préféreront rebrousser chemin au premier passage difficile plutôt que d'abandonner leurs richesses matérielles. Il est vrai que certains passages sont si étroits qu'on ne peut les franchir qu'en laissant son ego derrière soi.

Comme tout bon guide qui connaît la longueur et les difficultés de la route, le Maître impose un rythme de marche

16 — Sensei (the Master)

Sen : before ; *Sei :* life — He who has lived before.

In the concepts we have dicussed, the Guide or the Master is often mentioned. Who is this mythical person ? Where does he come from ? How do we recognize him and where can we find him ?

It would be dangerous to answer these many questions in too general a way. As this book points out several times, the real Master is very rare indeed.

In a way, it is someone who has a life's lead over us. When he was young, a guide helped him travel along the way we are now engaged upon. He followed it to the end, and after having to overcome a thousand difficulties, one by one, he reached the final destination : enlightenment (Satori), the "Dô".

Billions of people never leave, millions attempt the journey but end up abandoning, and only a few thousand arrive at the destination.

This Man is again at square one. He has come the full circle. He can show others the way ; he knows all the curves, all the dangers, but he cannot walk in their place. That is why he chooses good walkers from the start, the travellers who seem to have prepared themselves. Despite this preliminary sieving, he knows that many won't follow for long. Too many are loaded down with too much luggage. Most will prefer to turn back at the first difficult crossing rather than abandon their belongings. It is true that some crossings are so

adapté. Lorsqu'il faudra sauter pour franchir un précipice, il prodiguera conseils et encouragements, il tendra même la main, mais il ne pourra sauter à la place de ceux qui ont trop peur et se verra obligé de les laisser en arrière. Il doit aller de l'avant avec ceux qui ont passé.

Le voyage qu'il a effectué autrefois lui a fait découvrir le monde dans sa globalité. Aussi est-il capable de nous montrer chaque détail de la route et de le resituer pour nous dans le paysage global. C'est la Connaissance.

Mais soyons sincères. Méritons-nous un tel Maître ? Je veux dire par là, sommes-nous prêts à suivre un tel homme ? Beaucoup attendent du Maître qu'il leur donne la «Connaissance» pendant qu'ils restent assis à le regarder avec des yeux émerveillés. Combien sont prêts à faire les efforts nécessaires pour suivre ce Maître dans un voyage dont les difficultés dépassent tout ce que nous pouvons imaginer ?

En général, l'être humain qui recherche un tel Guide se trouve dans une période de crise, à une époque charnière de sa vie. Déprimé, déçu, il ne croit plus à grand-chose, il erre, désabusé, à la limite du désespoir.

Celui-là, c'est certain, présente un terrain extrêmement favorable à un enseignement ésotérique. Son esprit, déjà bouleversé par le choc des remises en question, offre une terre meuble idéale pour que les graines de la Connaissance puissent y germer dans de bonnes conditions. Cet homme, s'il trouve jamais un Maître, sera vite enclin à troquer ses souffrances inutiles contre les douleurs d'une éducation ésotérique dont chaque spasme le rapprocherait un peu plus de la vérité.

Mais pour beaucoup d'autres, jouissant d'un bonheur relatif, profondément attachés à des êtres aimés ou à une terre, et dont la profession donne les plus grandes satisfactions, *où trouver la motivation nécessaire pour partir à la quête d'un tel Maître ?*

narrow that they can only be cleared if the ego is left behind.

Like all good guides who know the length and difficulties of the way, the Master will set an appropriate pace. When it is necessary to jump to cross a precipice, he will give advice and offer encouragement and may stretch out a hand, but he won't be able to jump for those who are too scared and he will be forced to leave them behind. He must move forward with those who have crossed.

His earlier journey made him discover the world in its totality. So he can now show us every detail of the way, and replace it, for us, in the global context. That is Knowledge.

But let us be honest. Do we deserve such a Master? I mean, are we prepared to follow such a man ? Many expect the Master to give them "Knowledge" while they sit down and watch him with wide eyes. How many are willing to make the efforts necessary to follow this Master on a journey, the difficulties of which are beyond what we can imagine?

In general, someone who seeks such a Guide is going through a crisis and is at a crossroads in his life. He is depressed, frustrated, doesn't believe in anything anymore; he is wandering, is disillusioned and on the edge of despair.

It is certain that he offers extremely suitable ground for esoteric teaching. His mind, already shaken by the shocks of his self-doubt, is loose ground ideally suited to the sprouting of the seeds of Knowledge under excellent conditions. This man, if he ever finds a Master, will be glad to swap his pointless suffering for the aches of an esoteric education, each throe of which will bring him closer to the truth.

Musei jinko :

Appeler les gens sans utiliser la voix. (les gens vont vers l'Homme Bon sans que celui-ci les appelle).

Calling people without using the voice. (A Good Man attracts people without uttering a word).

Aussi, la grande majorité d'entre nous n'a que le guide qu'elle mérite. Un homme comme vous et moi, mais dont l'âge, le grade, l'expérience, le bagage physique et technique excèdent les nôtres. Après quelques années passées à son contact, le fossé technique est comblé. Nous nous retrouvons à ses côtés, fixant l'inconnu du même regard anxieux. Les quelques années d'expériences supplémentaires de ce guide sont impuissantes à nous conduire plus loin

But many others, who are relatively happy, who are deeply attached to loved ones or to the land, and whose profession gives them great satisfaction, *where will they find the motivation required to seek such a Master ?*

And so most of us have the guide we deserve : a man like you and I, but whose age, grade, experience, and physical and technical attributes are greater than ours. After a few years spent with him, the technical gap is made good. We find ourselves next to him, with the same apprehensive outlook fixed on the unknown. The guide's extra years of experience cannot take us further because he doesn't know the way either. He makes do with guiding travellers on

car lui non plus ne connaît pas la route. Il se contente de guider les voyageurs sur le tronçon qu'il maîtrise et mérite, pour cela, tout notre respect. Il désignera éventuellement aux voyageurs qui veulent continuer un guide plus expérimenté, s'il en connaît un, ou peut-être en cherche-t-il un lui-même ? Alors, que font tous ceux qui restent, à mi-chemin, sans personne pour les guider plus loin ? Bien qu'il faille louer leur courage, un petit nombre continue seul, sans guide et avec peu de chances d'arriver un jour à destination. D'autres se mettent à la recherche du Guide idéal, cet oiseau rare dont il ne savent pas s'il daignera les prendre sous son aile.

Mais les plus nombreux n'ont pas vraiment envie de pousser plus loin. Le paysage leur plaît, ils s'installent. Ils feront de petites excursions, avec des guides différents, à proximité de l'endroit où ils se sont arrêtés, faute de guide.

Il est une chose très importante, toutefois, qu'il ne faut pas oublier. Tous ceux qui se sont plongés dans une discipline

---

the stretch he knows, and, for that, he deserves our esteem. He might indicate a more experienced guide to the travellers who wish to continue, if he knows one — or perhaps he is looking for one himself. So what happens to those who are stuck half-way, with no one to guide them further ? A small number decide to go it alone, without a guide. Though their courage is to be applauded, they have little chance of reaching the destination. Others will go looking for the ideal guide, that rare bird under whose wings they even don't know whether they will be allowed.

But most of them don't really want to go any further. It's a nice spot, they settle. They will make little trips, with different guides, around the place they have stopped at, for want of a guide.

However, there is an important point that must not be forgotten. All those who leapt into a martial discipline one day

martiale, un jour ou l'autre, ont fait l'effort monumental *de partir*. Ils ont effectué un bout du voyage en direction du Dô. Et s'ils ne l'ont pas encore atteint, ils s'en sont tout de même rapprochés. La première partie du voyage n'a pas été sans difficultés mais s'est révélée riche en enseignements. Même sans guide, en faisant du Budô leur Maître, il peuvent tous continuer à progresser.

Ils avanceront peut-être moins vite, mais leur entraînement constant préparera le terrain pour que chaque vérité profonde à laquelle ils sont confrontés laisse dans leur esprit une marque indélébile. En attendant ces instants privilégiés, ils continuent de cultiver les enseignements du Budô qui sont suffisamment riches pour satisfaire leur désir de perfection jusqu'à leur dernier jour.

Ces enseignements, que la pratique sincère de tout Budô met en lumière, se résument à l'application du *Gojô* (les cinq conditions).

17 — Gojô (les cinq conditions)

Le *Gojô* est un ensemble de qualités humaines qui font que celui qui les cultive est un homme véritable, au sens le plus noble du terme.

Encensées par Confucius il y a plus de 2500 ans, ces qualités, ou conditions, étaient destinées à encourager les bons rapports sociaux et politiques au sein d'un peuple qui semble avoir été divisé en *hommes nobles* (Jun-Zi) et en *hommes de petite envergure* (Xiao-Ren).

La philosophie confucéenne a été interprétée de diverses manières et, il faut le reconnaître, a permis parfois d'asseoir les dictatures plutôt que d'aider l'individu à s'élever. Toutefois, ces qualités existaient avant Confucius et continuent d'exister aujourd'hui. *Si elles sont interprétées globalement, et non par rapport aux valeurs que leur ont données*

Gojô

made a fundamental effort : *they left*. They travelled a short way towards the Dô. And though they haven't reached it yet, at least, they've got closer. The first part of the journey wasn't without its difficulties, but turned out to be an enriching experience. Even without a guide they can all continue to progress.

They might make slower progress, but the constant training will prepare the ground so that every time they face a profound truth, it leaves a deep mark on their mind. Between these moments, they continue to develop the teachings of Budô, rich enough to satisfy their yearning for perfection until their dying day.

The teachings that are emphasized by the sincere exercise of Budô can be summarized to the practice of *Gojô*, the five conditions.

17 — Gojô (the five conditions)

The *Gojô* is a set of human qualities that make a true man — in the most noble sense — of those who cultivate them.

These five qualities, or conditions, were taught by Confucius more than 2500 years ago and were designed to promote good social and political relations between a people who seemed to have been split into *noble men* (Jun Zi) and *men of little consequence* (Xiao Ren).

Confucian philosophy has been interpreted in many different ways and, it must be admitted, has often served to justify dictatorships instead of exalting the individual. However, these qualities existed before Confucius and still exist today. *If they are interpreted objectively, and not in relation to in-*

Nin ou/or Jin

les religions et certaines civilisations, alors ces qualités peuvent vraiment être considérées comme les fondements sur lesquels s'érige la noblesse d'un être humain.

Ces qualités sont si importantes qu'elles s'imposent naturellement comme but à atteindre pour tout pratiquant de Budô.

Ces cinq qualités sont interdépendantes. Ce n'est que si elles sont tempérées par les quatre autres qu'elles gardent leur vraie valeur, sans être altérées par l'intransigeance ou le relâchement.

Le Gojô est mentionné dans les certificats d'enseignement de Shindô Musô Ryû * où son application est fortement encouragée. Il se peut qu'elles me fassent encore si cruellement défaut qu'elles m'aient paru fondamentales au point de ne pas hésiter une seconde à les calligraphier au début de chacun des cinq chapitres de ce livre.

* Voir chapitre 5.

Nin, ou Jin (Bienveillance, Chaleur humaine)

Jin, ou Nin, ce n'est pas la chaleur humaine distillée au compte-goutte. Cela n'a rien à voir avec l'amour ou la tendresse exclusive réservée à un nombre restreint de proches. Ce n'est pas non plus le sourire timide, forcé, et si rare de nos civilisations dont la maladie de spécialisation et du «respect de la vie privée» a fini par nous isoler les uns des autres dans les compartiments cloisonnés d'une société où il est devenu suspect de sourire à un inconnu.

Jin, ou Nin, reflète l'état d'esprit de l'homme qui a accepté l'univers tel qu'il est et cherche à s'harmoniser avec lui plutôt qu'à vouloir en changer le cours inéluctable. Ayant transcendé les passions, les divergences, les différences, il est devenu comme un soleil qui éclaire et réchauffe tout ce qu'il touche.

terpretations foisted upon them by religions and certain civilizations, then they can truly be regarded as the foundation stones for true nobility in the human being.

These qualities are so important that they naturally represent goals for all Budô trainees.

These five qualities are interdependent. Only if they are moderated by the other four do they keep their real value without being altered by intolerance or slackening.

The Gojô is referred to in teaching certificates of Shindô Musô Ryû *, in which its practice is strongly encouraged. It is perhaps because I still clearly lack these qualities and they seem so fundamental that I didn't hesitate one second to include their calligraphy at the head of each of the five chapters in this book.

* See chapter 5.

Nin or Jin, (Benevolence, Human Warmth)

Jin, or Nin, is not human kindness handed out drop by drop. It has nothing to do with love or the kindness that is restricted to a closed circle of relatives. Neither is it the shy and forced — and oh so rare — smile of our civilization — a civilization whose specialization and "respect of the private life" have finished by cutting us off from one another, everyone in a partitioned compartment of a society in which smiling to a stranger has become suspicious.

Jin, or Nin, reflects the state of mind of a man who has accepted the universe as it is and seeks to be in harmony with it, rather than wish to change its inevitable flow. Having transcended passions, divergences, differences, he has become like a sun that brightens and warms everything it touches.

Gi (Justice)

De par le fait qu'elle ait à juger rapidement une multitude de cas, la justice, telle que nous la connaissons, est une grande machine lourde, imparfaite, et souvent répressive. S'appuyant sur des lois basées sur des concepts parfois erronés, elle ne tient pas souvent compte du contexte.

Tempérée d'un zeste de Jin (Bienveillance) et copieusement arrosée de Chi (Connaissance), Gi se veut le reflet d'une Justice globale où l'on ne juge pas mais dans laquelle on cherche à comprendre avec son cœur plutôt qu'en brandissant le glaive et la balance du bien et du mal. Renforcée par les lois de la nature elles-mêmes, cette Justice est totalement impartiale et prend en considération chaque cas isolément, dans son propre contexte et en relation avec le Grand Tout.

Rei (Etiquette, Courtoisie)

Rei n'a rien à voir avec les courbettes et les simagrées vides de sens auxquelles nos civilisations pressées nous ont habitués, et dans lesquelles l'hypocrisie est à peine voilée.

Rei, c'est la notion d'Etiquette en tant que moyen gestuel de communication nous permettant d'exprimer notre respect et notre considération pour autrui. Chaque détail de l'Etiquette doit être exécuté du fond du cœur. Le Rei ne doit pas être dirigé vers telle ou telle personne dont le rang et l'importance exige une déférence particulière. Le Rei *émane* de celui qui le possède et s'applique à tout ce qui l'entoure, êtres humains sans distinction de race, de rang ou de sexe, animaux et choses. Un arbre mérite notre respect autant qu'un être humain ou un animal puisqu'il fait partie du même Univers.

Gi

Gi (Justice)

Because it has to judge a wide range of cases quickly, justice, as we know it, is a cumbersome, imperfect and often repressive machine. Based on sometimes mistaken concepts, it seldom takes account of the individual context.

Tempered with a shot of Jin (Benevolence) and freely saturated with Chi (Knowledge), Gi sets out to be the image of a universal Justice — a Justice in which no one is judged, but in which one seeks to understand with one's heart rather than by brandishing the scales and sword of good and evil. Reinforced by the very laws of nature, this Justice is totally objective and views each case in isolation, in its own context and in relation to the Universe.

Rei (Etiquette)

Rei has nothing to do with the meaningless kowtowing and pretences to which our bustling civilizations have inured us, and which hardly conceal the hypocrisy.

Rei is the notion of Etiquette in terms of a sign language which allows us to express our respect and consideration for someone. Each detail of the Etiquette must come from the heart. Rei must not be addressed to someone whose rank or importance demands a particular deference. Rei *emanates* from he who possesses it and applies to everything around him, people, without distinction of rank, race or sex, animals and things. A tree deserves the same respect as an animal or a human being since all three are part of the same Universe.

Rei

Chi

Chi (Connaissance)

Là encore, il ne s'agit pas de connaissances portées comme des décorations. En cette fin du XXe siècle, les médias nous submergent d'un véritable raz-de-marée d'informations. Nos cerveaux doivent enregistrer tant de choses hétéroclites qu'ils deviennent incapables de s'extraire de cet océan d'informations spécialisées pour prendre assez de recul et élargir leur champ de vision de façon à nous donner une vue d'ensemble.

La véritable Connaissance ne se met pas au pluriel. Elle ne peut se fragmenter. Elle relie invariablement le moindre détail à la globalité de son domaine, et ce domaine à la globalité du Grand Tout. *Tout se tient.*

Shin (Confiance)

Bien qu'il existe encore des pays où la parole conserve sa valeur, dans la plupart des pays industrialisés elle n'en a plus aucune : une poignée de main, un regard franc et une promesse verbale ne font pas le poids devant un bout de papier signé qui devient automatiquement une arme menaçante pouvant se retourner contre vous à tout moment. Je sais que c'est un peu naïf d'écrire cela et que le contrat signé est une nécessité dans ces temps où l'abus de confiance est si répandu. Il n'en reste pas moins qu'on a quasiment perdu ce sentiment de confiance que l'on n'accorde qu'aux gens «qu'on connaît».

Celui qui possède le Shin ne manquera jamais à sa parole, ni ne trahira la confiance de personne. Il met sa dignité dans la Confiance qu'il inspire à l'inconnu aussi bien qu'au plus intime de ses amis.

Shin

Chi (Knowledge)

Here again, it is not knowledge that is worn like medals. At the end of this twentieth century, the media flood us with a tidal wave of information. Our brain has to record so many different things that it is no longer capable of drawing itself out of this sea of specialized information to step back and widen its field of vision to give us an overall view.

True Knowledge is indivisible. It invariably links the slightest detail to its universal principle, and this principle to the whole Universe. *All is one.*

Shin (Trust)

Although the promise has kept its value in certain countries, in most industrialized nations it has lost its meaning : a handshake, an honest look and a verbal promise do not weigh heavily against a signed piece of paper that automatically becomes a threatening weapon that could turn against you at any time. I know that it is a bit naive of me to write this, and that a written agreement is now necessary in these times when breach of faith is so widespread. Nonetheless the true meaning of Trust seems to have practically disappeared or, at best, is granted only to our close acquaintances.

He who has Shin will never break his word nor will he betray someone's trust. He places his dignity in the Trust he inspires from strangers and his most intimate friends.

道

LORSQU'ON aborde le domaine des disciplines et arts martiaux japonais, il n'est pas rare de ressentir un certain étonnement, voire de l'exaspération, devant l'importance donnée à l'étiquette (Reishiki, Reigi-sahô).

D'aucuns assimilent ce rituel à des simagrées inutiles et ennuyeuses qui raccourcissent fâcheusement la durée de l'entraînement proprement dit. Bien que compréhensible de la part d'un néophyte, ce jugement manque toutefois de profondeur. L'étiquette a ses raisons d'être ; des raisons qui ont leur importance.

Il n'est pas facile de dissocier l'étiquette « sociale » de l'étiquette « martiale », ces deux aspects étant très liés dans la société proto-féodale et féodale japonaise : une société divisée en classes bien distinctes avec tout ce que cela implique de rapports compliqués et ambigus. Nous essayerons cependant de nous en tenir à l'étiquette observée dans le contexte de la classe des guerriers (SHI).

L'aspect moral

Une des raisons les plus importantes de l'application des lois de l'étiquette dans le domaine des disciplines et arts martiaux japonais réside dans le fait que le gouvernement d'alors voulait à tout prix endiguer l'ardeur guerrière de la classe des Bushi par un code de moralité très stricte dont les ingrédients principaux étaient le respect hiérarchique, la loyauté et la fidélité, le tout imprégné de notions philosophiques émanant du Shintoïsme, du Confucianisme, du Taoïsme ou du Zen, selon les périodes.

Sans ces garde-fous religieux, philosophiques et moraux, l'esprit belliqueux de ces guerriers, esprit qu'il fallait par ailleurs entretenir, pouvait se retourner à tout moment contre les dirigeants.

Aujourd'hui, les disciplines martiales (Budô) nous invitent à une attitude de paix et d'harmonie au sein d'une société

Reishiki

WHEN examining the field of Japanese martial arts and disciplines, one often feels a sense of astonishment, exasperation even, at the importance attached to etiquette (Reishiki, Reigi-sahô).

Certain people even consider this ritual to be no more than a useless and boring fuss which impinges on the time available for practice: this judgement is perfectly understandable on the part of a beginner, yet it lacks depth. Etiquette does have its *raison d'être* : and the reasons are important.

It is not easy to draw the line between "social" and "martial" etiquette. The two aspects were closely related in Japanese proto-feudal and feudal society — a highly class-conscious society inevitably giving rise to infinitely complicated and ambiguous relationships. All the same, we shall try to concentrate on the etiquette relevant to the warrior class (SHI).

The moral aspect

One of the main reasons that etiquette holds such an important place in Japanese martial arts and ways is that the government of the time sought to channel any excessive warrior fervour of the Bushi class. It therefore introduced a very strict code of morality based upon an absolute respect of social hierarchy, loyalty and allegiance, along with a sprinkling of philosophical notions culled from Shintoism, Confucianism, Taoism or Zen, depending on the period.

moderne. Toutefois, pour une étude sérieuse du Budô, et du Kobudô en particulier, il est nécessaire d'aborder des notions qui n'ont rien de pacifique en elles-mêmes. Certaines de ces notions sont si précises, si réalistes, que si elles ne sont pas absorbées dans une ambiance morale bien définie, *l'étiquette*, elles pourraient, chez des individus fragiles, mener à des développements diamétralement opposés à ceux que le Budô encourage.

Ce n'est pas si évident d'apprendre la paix par les armes !

L'aspect gestuel

Une grande partie des gestes rituels qui nous sont familiers ont été codifiés à une époque où le Japon entier n'était qu'un camp militaire. Si l'on prend la peine d'examiner les détails de l'étiquette à la lumière du contexte historique, on se rendra vite compte que ces gestes, par leur sobriété, leur côté logique et pratique, n'avaient qu'un seul but : garder la tête sur les épaules le plus longtemps possible!

Certains de ces gestes furent en tous cas assez importants pour parvenir jusqu'à nous. Malgré l'évolution des arts martiaux (à but pratique) en disciplines martiales (à but mental), il est intéressant de noter qu'on demande aujourd'hui encore aux pratiquants de Jûdô de se relever de la position Seiza avec le genou droit d'abord, ce qui laisse en effet la hanche gauche libre pour un dégainement rapide en cas de surprise. Voilà l'exemple d'un détail d'étiquette traditionnelle appliqué par des pratiquants qui n'ont pourtant plus rien à voir avec le sabre (sauf, pour les grades élevés, lors de la pratique du Kime no kata où un Iaitô et un Tantô sont utilisés).

Dans le contexte des disciplines classiques où la pratique des armes est prépondérante, l'étiquette conserve toute sa raison d'être, même si le véritable sens de certains gestes

Me Shimizu (gauche) et Me Kuroda effectuant «Kazari», le salut traditionnel.

Shimizu Sensei (left) and Kuroda Sensei carrying out "Kazari", the traditional bow.

Without these religious, philosophical and moral guidelines, the bellicose spirit of these warriors, who moreover needed to be kept busy, could at any time have turned against those in power.

The martial disciplines (Budô) today foster a peaceful and harmonious attitude within a modern society. However, in order to study Budô more deeply — Kobudô in particular — it is sometimes necessary to approach notions which are intrinsically not pacific by nature. Some of these notions are so precise, so realistic, that without a well-defined moral environment — etiquette — they could lead, in delicate minds, to results diametrically opposed to those upheld by Budô.

It is not easy to learn peace through the study of war !

The aspect of gesture

A great many of the ritual gestures we know well were codified at a time when Japan was essentially a military regime. If one takes the trouble to study the etiquette in detail, within a historical context, it soon becomes clear that the simple, practical and logical side of the gestures had one purpose only : to keep one's head on one's shoulders for as long as possible !

Certain gestures were important enough to have survived until today. In spite of the evolution of martial arts — practically oriented — into martial disciplines — with spiritual aims — it is interesting to note that the Jûdô trainee today still gets up from the Seiza position with the right foot first. This gives him the chance to draw his weapon quickly should he be caught unawares. This is an instance where

a été fortement altéré par l'évolution dont on a parlé plus haut. D'autres détails de l'étiquette, il est vrai, touchent plus particulièrement le comportement humain au sein de la société japonaise d'alors, société raffinée, certes, mais susceptible et exacerbée, où la moindre parole, le moindre geste était chargé de symbolisme et donnait lieu à interprétation.

Si le but principal de l'étiquette n'est plus aujourd'hui d'assumer une attitude adéquate dans un environnement hostile, il n'en reste pas moins qu'une application intelligente des règles de Reigi-sahô permet de comprendre toute une série de notions riches d'enseignements. Certaines d'entre elles débordent du cadre du Dôjô, ce qui ne les rend que plus intéressantes :

1. L'étiquette prépare mentalement le Shûgyôsha. Elle favorise la transition de la vie quotidienne à celle plus intense du Dôjô. Elle met le pratiquant dans « l'ambiance », en lui faisant exécuter des gestes précis et bien définis.

2. L'attention que demande l'accomplissement de ces gestes rituels, parfois compliqués, élimine presque totalement le risque de distraction.

3. L'étiquette, souvent considérée comme de la courtoisie, n'est en fait qu'une extension de la notion de Zanshin.

4. L'humilité et la discrétion dont est imprégné tout ce rituel encouragent (ou devraient encourager) le Shûgyôsha à tempérer ses sentiments d'orgueil et de vanité.

5. L'étiquette est un élément indispensable au véritable Keiko (entraînement). L'étymologie de Keiko se définit ainsi : « se rapprocher, en pensée (Kei), le plus possible du contexte d'autrefois (Ko) — par les gestes, les attitudes, les techniques, les vêtements, *l'état d'esprit*, etc. — et, dans cet environnement recréé, pratiquer son art avec tout son être, et progresser ainsi sur le chemin du Dô.

La véritable tradition dans les grandes choses n'est point de refaire ce que les autres ont fait mais de retrouver l'esprit qui a fait ces choses et qui en ferait de tout autres en d'autres temps.

Paul Valéry

traditional etiquette is applied by people who do not use a sword (except for the higher grades, when practising Kime no kata, in which a Iaitô and a Tantô are used).

In classical disciplines where the bearing of arms is widespread, the etiquette preserves its purpose, even if the meaning of certain gestures has been transformed by the evolution mentioned above. It is true that other aspects of Reishiki are more directly concerned with human behaviour within the Japanese society of the time. It was subtle, to be sure, yet could also be delicate and vague, where the slightest word or the most insignificant of gestures was loaded with meaning and could be misconstrued.

The main purpose of etiquette may no longer be to assume a correct posture in a hostile environment, yet the intelligent use of the rules of Reigi-sahô opens the way to understanding a whole series of notions rich in instruction. Some of these notions reach beyond the framework of the Dôjô : this makes them even more interesting.

1. Etiquette sets the right frame of mind. It eases the transition between everyday life and the more intense world of the Dôjô. It gives the trainee the right " mood " by making him carry out clear and accurate gestures.

2. The concentration required to carry out these sometimes complicated ritual gestures should ideally help to eliminate the danger of absent-mindedness.

3. Etiquette — often regarded as courtesy — is really no more than an extension of the notion of Zanshin.

4. The humility and care which surround the whole ritual help diminish — or should help diminish — any feelings of arrogance and vanity.

Keiko

The true tradition in great endeavours lies not in re-doing what others have done, but in finding the spirit which produced such things and would produce quite different ones in different times.

Paul Valéry

6. Plus pratiquement, le respect de l'étiquette permet d'éviter les situations confuses propices aux accidents, ainsi qu'une meilleure utilisation de l'espace du Dôjô.

7. Finalement, tout comme les Kata, l'étiquette, de par sa codification, permet une transmission plus fiable et plus précise des techniques traditionnelles.

Il ne faut toutefois pas oublier que l'étiquette ne sert qu'à créer un environnement adéquat pour un travail intense et sérieux. Il ne faut pas, comme cela est quelquefois le cas, que l'étiquette devienne un élément prédominant.

Plus concrètement

Lorsqu'on veut convaincre, une bonne raison vaut souvent mieux qu'une série de raisons. Malgré l'énumération qui précède, j'espère avoir souligné assez clairement que l'étiquette est un élément indispensable à une étude sérieuse du Budô. Si je suis entré dans les détails, c'est qu'il me paraît primordial de faire comprendre que c'est le «principe» de l'étiquette qui est important, et non sa nature. Chaque discipline, chaque école, chaque maître interprète l'étiquette à sa manière. Ne vous attachez donc pas à l'aspect extérieur, visuel, de ces gestes ou de ces attitudes, mais plutôt au sens profond qui s'en dégage.

Si, dans un Dôjô, on vous demande de tenir votre arme d'une manière différente de celle qu'on vous a enseignée jusque-là, soyez souple, adaptez-vous, ne serait-ce que pour un soir. Ne retenez de ce rituel différent que le message semblable à celui que vous connaissez déjà : «prépare-toi à travailler dans l'esprit du Budô!».

Le peu de place dont je dispose ne me permet pas d'exposer plusieurs variantes. Aussi ne présenterai-je qu'une seule forme d'étiquette : celle qui était suivie à l'époque

5. Etiquette is an indispensable component of proper Keiko (training session). The etymology of Keiko is : "To reproduce in thought (Kei) the past context (Ko) as far as possible (in *frame of mind*, gestures, attitudes, techniques, clothing, etc.) and, in this re-created environment, practise with one's whole being and so progress on the path of the Dô."

6. The observance of etiquette avoids potentially dangerous situations, particularly for beginners, and allows a better use to be made of the space in the Dôjô.

7. Finally, as for Kata, etiquette sustains a more reliable and accurate transfer of traditional techniques.

It should not be forgotten that etiquette only creates an atmosphere for intensive and serious work : it should not become a predominant element, as is sometimes the case.

More prosaically

One good reason is more convincing than a series of reasons when trying to prove something. In spite of the inventory given above, I hope I have clearly underlined the fact that etiquette forms an indispensable part of Budô. If I did go into detail, it is because I cannot emphasize enough the point that it is the principle of etiquette which is important, and not its form. Each discipline, each school, each teacher has a different way of interpreting etiquette. Do not therefore attach too great an importance to the outward aspect of these gestures or attitudes — how they look — but concentrate instead on assimilating the deeper meaning.

If, in a Dôjô, you are asked to hold your weapon differently from the way you were taught, try to be flexible and accommodating, be it for one evening only. Remember that

où j'étais en contact étroit avec Me Shimizu et Me Draeger, et que je m'efforce de perpétuer aujourd'hui. Cette méthode a l'avantage d'être sobre, logique, pratique et imprégnée d'humilité. Ce n'est peut-être pas «La Méthode», si tant est qu'il y en ait une, mais c'est «une» méthode.

LE DÔJÔ

Avant de parler de l'attitude que l'on devrait avoir dans un Dôjô, examinons le local dans lequel nous passons une grande partie de notre vie active.

Pour favoriser l'étude du Dô, un Dôjô devrait être sobre, propre et conforme à l'étiquette traditionnelle qui octroie à chaque mur, à chaque endroit, une fonction bien définie. La pénurie des locaux qui sévit un peu partout dans le monde ne permet pas toujours de bénéficier d'un Dôjô conforme aux lois traditionnelles. Toutefois, et dans la mesure du possible, la structure d'un Dôjô devrait se rapprocher du schéma de la page 137.

Tout Dôjô devrait avoir un mur d'honneur (Kamiza, Shinzen ou Shômen). Ce côté honorifique devrait être exempt de portes ou de décorations superflues. A partir de ce mur, les trois autres côtés du Dôjô ont une fonction bien déterminée : le mur de droite (Jôseki, siège supérieur) est réservé aux enseignants ; le mur de gauche (Shimoseki, siège inférieur) est réservé aux débutants (Nyûmonsha) ; le côté faisant face au mur d'honneur se nomme le Shimoza, mur inférieur, et est réservé aux élèves par ordre d'ancienneté, de gauche à droite — les plus anciens à droite.

Les pratiquants doivent se conformer à ces subtilités topographiques aussi bien lors du salut (Rei) que lors de l'entraînement (Keiko). C'est-à-dire que Uchidachi (Uke dans d'autres disciplines), qui est sensé être le plus élevé en grade, doit se tenir du côté droit du Kamiza, et Shidachi

Dôjô

this situation carries the same message you already know : "Work in the spirit of Budô."

Lack of space precludes my giving a list of examples. I shall therefore limit myself to presenting the form of etiquette I followed when I was in close contact with Shimizu Sensei and Draeger Sensei, and which I endeavour to promulgate today. This method has the merit of being sober, logical, humble and practical. It may not be THE way — if one should exist — but it is A way.

THE DÔJÔ

Before discussing the proper attitude to adopt in a Dôjô, let us examine the place where we spend a great part of our active lives.

A Dôjô ought to aid the study of Dô, and should therefore be sober and clean. It should conform to the traditional etiquette, which accords a well defined function to each wall and section. The general lack of space often prevents these requirements from being met. However, a Dôjô should resemble the diagram shown on page 137 as closely as possible.

Every Dôjô should comprise a Wall of Honour (Kamiza, Shinzen or Shômen). This side should have no doors and be free of excessive adornments. The other three sides of the Dôjô each have a well defined function: the side to the right of the Kamiza (Jôseki) is reserved for the teachers ; the side to the left (Shimoseki) is for the beginners (Nyûmonsha); the side facing the Kamiza (Shimoza) is reserved for the students in order of seniority, from left to right, with the older ones on the right. Trainees should abide by these

(Tori dans d'autres disciplines) du côté gauche. Une autre disposition est possible : Uchidachi se tient dos au Kamiza, faisant face à Shidachi, qui lui se tient dos au Shimoza.

Dans le cas d'un entraînement à l'extérieur (Yagai), on choisira le côté du champ, du parc ou de la cour, qui s'y prête le mieux, et on le décrétera Shômen. (S'il y a plusieurs côtés possibles, on choisira de préférence le côté du soleil levant.) Les trois autres côtés seront alors soumis aux mêmes fonctions qu'au Dôjô.

Il faut bien comprendre que là aussi, les lois traditionnelles veulent faire passer un message. Le Shûgyôsha doit s'habituer progressivement à se « resituer » constamment par rapport à son environnement : « Où suis-je ? Suis-je à ma place ? Est-ce que j'interfère avec le travail d'autrui ? Me suis-je mis en avant ? etc. » Plus tard, le Shûgyôsha sera suffisamment conditionné pour repérer sa place d'un seul coup d'oeil, et ceci aussi bien à l'intérieur du Dôjô qu'à l'extérieur. Pensez à l'exaspération qu'on ne manque pas de ressentir lorsque, dans une réunion de groupe par exemple, le dernier venu ou le plus jeune s'octroie d'emblée la meilleure place, le meilleur fauteuil. Le sens de la hiérarchie, quand cette dernière est naturelle et méritée, est une forme de savoir-vivre qui facilite beaucoup la vie en société.

Maintenant que nous avons précisé les divers secteurs du Dôjô et leur fonction, examinons l'attitude que devrait avoir tout Shûgyôsha au sein d'un Dôjô avant, pendant, et après l'entraînement.

1. Lorsqu'on entre dans un Dôjô, on salue le Shômen après avoir ôté son pardessus et son chapeau, s'il y a lieu. (On fait de même lorsqu'on se rend chez quelqu'un.)

2. Afin de respecter le travail d'autrui, on s'efforce de parler à voix basse et on évite de faire du bruit.

3. On respecte la tenue de la discipline en revêtant le Keikogi sans y ajouter d'attributs douillets comme les T-shirts (exception faite pour les femmes), les chaussons, etc.

topographical subtleties during the bow (Rei) as well as during the training session (Keiko). In other words, Uchidachi (or Uke in other disciplines) — who is presumed to hold the higher grade — should stand on the right of the Kamiza, and Shidachi (or Tori in other disciplines) on the left. An alternative arrangement is for Uchidachi to stand with his back to the Kamiza, facing Shidachi who has his back to the Shimoza.

In the case of an outdoor session (Yagai), the side of the field (or park or courtyard) most suitable for the purpose will be designated Shômen. (If several sides are suitable, the side where the sun rises shall be preferred.) The other three sides will then be chosen as in the Dôjô.

It must be understood that, once again, traditional laws are trying to tell us something. The Shûgyôsha must, step by step, learn to *reposition himself* in relation to his surroundings — " Where am I ? Am I in the right place ? Am I in someone's way ? Am I imposing ? " Later on, he will be sufficiently well versed in the subtleties of the art to be able to know his place instinctively as much in as outside the Dôjô. Think of the irritation that is felt when, at a gathering for instance, a newcomer or the youngest member grabs the best place or the most comfortable armchair. The notion of hierarchy — when this hierarchy is merited and natural — is a form of good manners which is of great help in everyday life.

Now that we have defined the arrangement of the Dôjô and respective functions, let us examine the attitude to be adopted by the Shûgyôsha before, during and after training.

1. Upon entering a Dôjô, one bows to the Shômen having previously removed one's overcoat and hat. (We do the same when visiting friends.)

KAMIZA / SHINZEN / SHÔMEN (Mur d'honneur / Wall of Honour)

- Gravure du Maître fondateur ou photo du Grand-Maître actuel (Kamiza).
- Petit autel Shintô (Shinzen).
- Symbole commun aux Budô (Shômen).

- Engraving of Founding Master or photograph of actual Headmaster (Kamiza).
- Little Shintô altar (Shinzen).
- Symbol common to all Budô (Shômen).

SHIMOSEKI (Siège inférieur / Lower Seat)

JÔSEKI (Siège supérieur / Upper Seat)

Dépôt des armes et du matériel / Place for weapons and other material

Surface de travail des débutants
Training area for beginners

Surface de travail des enseignants et des avancés
Training area for teachers and seniors

Uchidachi (Uke)
Shidachi (Tori)

Shidachi (Tori)
Uchidachi (Uke)

Uchidachi (Uke)
Shidachi (Tori)

DÉBUTANTS / BEGINNERS

AVANCÉS / SENIORS

Par ordre d'ancienneté et non par ordre de grade / By seniority order and not by grade

- (Shihan) Grand-Maître / Headmaster
- (Sensei) Maître / Master
- Visiteur d'honneur / Honorary Guest
- (Kyôshi) Professeur / Teacher
- (Renshi) Instructeur / Instructor
- (Shidôsha) Moniteur / Monitor

Le premier de la ligne annonce les saluts / The first in line gives the orders for bows

SHIMOZA (Mur inférieur / Lower Wall)

4. On aura soin de ne commencer l'entraînement qu'après s'être lavé. Les ongles sont coupés et le Keikogi est propre.

5. Hors du Dôjô, les armes sont transportées dans des protections. A l'intérieur du Dôjô, elles doivent être traitées à tout moment commme armes et non comme de simples bouts de bois ou des béquilles pour s'y appuyer lors des explications. Lorsqu'on dépose une arme sur le sol, on prend soin de la poser avec la pointe et le tranchant éloignés (s'il s'agit d'un sabre) du Shômen. Ceci reste un excellent moyen de se rappeler où elle se trouve, et dans quelle position. Pour déposer une arme, on fléchit les genoux, et on la pose à plat sur le sol. On évitera de la placer verticalement contre une colonne ou un mur. Les armes ne sont jamais déposées du côté du Kamiza, ou, si ce n'est pas possible de faire autrement, on les déplacera lors du salut. Finalement, on fera toujours le tour d'une arme posée à terre en évitant de passer par-dessus.

6. Pendant toute la durée du Keiko, on s'efforcera d'être attentif, discipliné, et surtout actif. C'est le moment idéal pour appliquer des notions telles que le Zanshin, le Fudôshin, le Muga-mushin, etc.

7. On évitera de passer entre deux adversaires en train de travailler.

8. Au cas où l'un des adversaires recevrait un coup lui infligeant une blessure superficielle, ce dernier en profitera pour faire preuve de Fudôshin en évitant les cris, les protestations, etc. Il essayera d'accuser le coup de la façon la plus discrète possible, et s'astreindra à finir le Kata avant d'aller se soigner. Gardez votre dignité dans ces cas-là, et rappelez-vous que dans une discipline ou un art martial, le fait de recevoir un coup devrait rester dans l'ordre des possibilités.

9. Lors d'une remarque ou d'une correction, même si cette

2. In order to avoid disturbing anyone, the trainee speaks softly, without making any noise.

3. The uniform of the discipline should follow traditional lines and should not bear dainty embellishments such as T-shirts (tolerated for women), socks, etc.

4. Properly bathed, nails cut and a clean Keikogi.

5. Outside the Dôjô, weapons shall be carried in a case. Inside the Dôjô, they shall always be regarded as weapons and not as mere pieces of wood (or used as crutches during explanations). When a weapon is laid on the floor in a Dôjô, care shall be taken to ensure that the point and sharp edge (in the case of a sword) face away from the Shômen. It is an excellent way to remember where it is lying and in what position. To lay down a weapon, one bends the knees and lays it flat on the ground, not upright against a column or a wall. Two more points : weapons are not left along the Kamiza, or, if not possible otherwise, they shall be removed during the bow. Finally, do not step over a weapon lying on the ground ; walk around it.

6. Throughout the Keiko one shall do one's best to be attentive, disciplined, and, above all, alert. It is the ideal time to apply such notions as Zanshin, Fudôshin, Muga-mushin, and so on.

7. Avoid stepping between two opponents who are practising.

8. If one of the opponents receives a superficial injury, he shall show Fudôshin by refraining from screaming and complaining. He shall bear the blow as discreetly as possible and shall try to carry the Kata through to the end before attending to his injury. Keep a stiff upper lip and remember

dernière vous paraît injustifiée, efforcez-vous de l'accepter humblement et n'en discutez pas la nature.

10. Soyez tolérant avec les autres et intransigeant avec vous-même. Laissez à l'enseignant le soin de s'occuper des corrections ou des remarques.

Le Keikogi

Le Keikogi est formé de trois pièces de vêtement :

1. **La veste (Uwagi)**, dont les deux pans seront maintenus ensemble à la hauteur de la poitrine par une attache de la même couleur que la veste. Le Uwagi sera assez long de façon à ne pas laisser apparaître, dans la fente latérale du Hakama, le sous-vêtement ou une portion de peau, même si l'un et l'autre se trouvent être dignes d'intérêt.

2. **La ceinture (Obi),** qui enserre la taille. Une ceinture de Jûdô peut faire l'affaire. La ceinture traditionnelle est plus fine, plus large, et plus longue. Le nœud se fait devant, sous le nombril. Elle est de couleur blanche pour les détenteurs de Kyû (Mudansha), et noire pour les détenteurs de Dan (Yûdansha). Pour les grades plus élevés, les grades d'enseignants en particulier, elle peut être violette ou pourpre.

3. **La jupe-culotte (Hakama).** La longueur du Hakama doit être telle que le bord inférieur touche le dessus du pied. Pour le laçage, référez-vous aux dessins (page suivante).

Le pantalon (Zubon) n'est pas indispensable. Seules les femmes peuvent porter un T-shirt ou une petite chemise. Aucun autre vêtement ne doit faire partie de cet habit d'entraînement (Keikogi), même dans les cas de basses températures.

Le Keikogi peut être noir, bleu marine, ou blanc. Les disciplines et arts martiaux classiques ont une préférence pour

that injury is always a possibility in a martial art or discipline.

9. If the teacher makes a comment or a correction — even if it seems wrong — try to accept it modestly and endeavour to understand its meaning.

10. Be tolerant of others and strict with yourself. Leave it to the teacher to make corrections or remarks.

The Keikogi

The Keikogi comprises three items of clothing :

1. **The jacket (Uwagi)**, the two flaps of which are fastened at chest level by a strap of the same colour as the garment. The Uwagi shall be long enough to cover all parts of underclothing or flesh — no matter how interesting — which may show through the side slit of the Hakama.

2. **The belt (Obi)**, which encircles the waist. A Jûdô belt will do. The traditional belt is thinner, wider and longer. It is tied at the front, below the navel. Holders of Kyû (Mudansha) wear a white one, and holders of Dan (Yûdansha), a black one. Higher grades, in particular teachers, may wear a purple or crimson belt.

3. **The ample pant-skirt (Hakama).** It must be long enough to reach the middle of the apophysis of the ankle. For attaching, refer to the diagrams (following page).

The trousers (Zubon) are not indispensable. Women only may wear a T-shirt or a light shirt. No other item of clothing may be worn with this dress, even in cold weather.

les couleurs foncées afin que d'éventuelles taches de sang ne se voient pas. D'autre part, le contact avec le sol étant assez fréquent, la couleur foncée du Hakama est plus pratique pour dissimuler les taches de poussière ou de boue (dans le cas d'un entraînement extérieur, par exemple).

Laçage du Hakama

Il y a plusieurs façons de porter le Keikogi, tout comme il y a plusieurs normes d'étiquette. Disons que le critère principal sera d'avoir une tenue qui ne se relâche pas, même après cinq ou six heures d'entraînement sans discontinuer. Les dessins qui suivent vous montrent une méthode qui a l'avantage de «tenir le coup».

1. Attacher provisoirement les lacets courts au niveau de la poitrine.

2. Placer l'avant du Hakama au-dessus du Obi.

3. Passer les lacets sur la base du Koshi-ita (languette arrière), et à l'extérieur, pour bien le plaquer contre les reins.

4. Croiser et faire un nœud devant, au-dessous du Obi.

5. Faire un nœud derrière, mais cette fois à l'intérieur du Hakama.

6. Reprendre les lacets courts qui étaient attachés provisoirement.

7. Faire un nœud devant, au-dessous du Obi, en prenant bien soin d'inclure dans ce nœud les deux lacets longs.

8. L'opération est terminée. On peut encore raccourcir les deux extrémités qui pendent en faisant un nœud esthétique que nous n'examinerons pas ici en détail.

The Keikogi may be black, navy blue, or white. Traditional martial arts and ways tend to adopt the dark colours because blood stains are less visible. Furthermore, the dark colour of the Hakama helps dissimulate any mud or dust picked up in the frequent contacts with the ground (in case of an outdoor session, for instance).

Attaching the Hakama

There are several ways of wearing a Keikogi. Let us say that the main factor should be that the uniform does not become looser, even after five or six hours' continuous training. The drawings that follow describe a method which has the merit of "holding up".

1. Tie the short laces loosely at chest level.

2. Place the front of the Hakama above the Obi.

3. Pass the laces over the base of the Koshi-ita (stiff back section), and on the outside to hold it firmly against the small of the back.

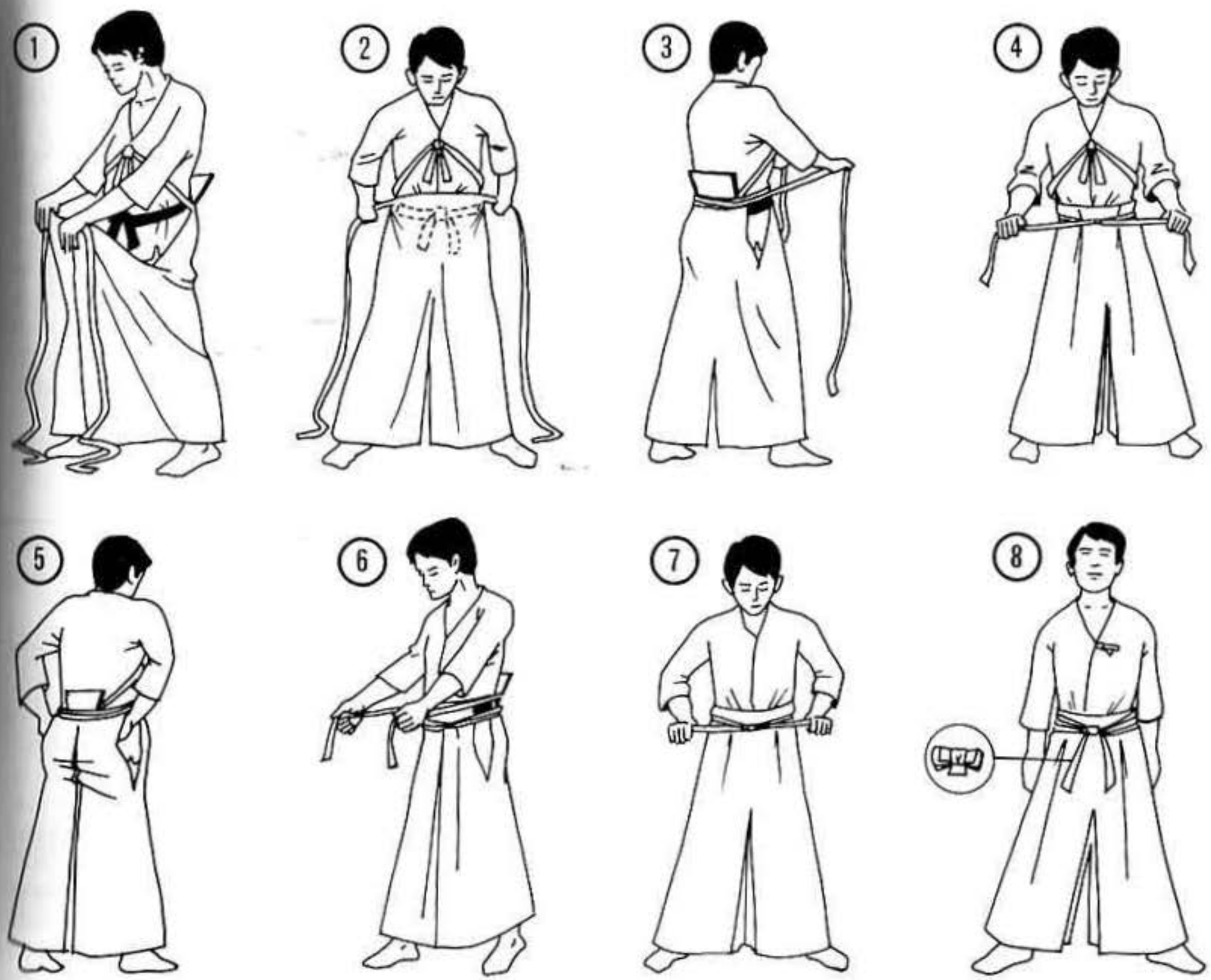
4. Cross and tie at the front, below the Obi.

5. Tie a knot at the back, but this time inside the Hakama.

6. Hold the short laces which were tied loosely.

7. Tie a knot at the front, below the Obi, taking care to include the two long laces.

8. The operation is completed. The two loose ends may be secured by tying a knot that we shall not examine here.


1
2
3
4
5
6
7
8

自他供栄

Jita kyôei

LE SALUT — REI

Salut avant et après l'entraînement

Le Shûgyôsha peut saluer debout (Ritsurei), ou assis (Zarei). Les pratiquants se mettront sur une ligne du côté du Shimoza, les enseignants du côté du Jôseki (voir schéma du Dôjô traditionnel). Pour le salut avant et après l'entraînement, tous se muniront du Jo.

Le Shûgyôsha qui se trouve à l'extrême droite du Shimoza donnera le signal suivant pour le premier salut :

Kamiza ni Rei ! si le mur d'honneur comporte une gravure du Maître fondateur ou une photo du Shihan actuel. (Kamiza : siège de la divinité ou siège supérieur selon le caractère utilisé.)

Shinzen ni Rei ! si le mur d'honneur est muni d'un petit autel Shintô. (Shinzen : devant la divinité.)

Shômen ni Rei ! si le mur d'honneur est décoré d'un symbole commun à plusieurs disciplines, comme le caractère Dô, la Voie. (Shômen : le mur juste, le mur qui est droit devant.)

Ce premier salut sera immédiatement suivi d'un second :

Sensei ni Rei ! Salut au Maître. Il est d'usage de saluer le Maître qui est sensé se tenir légèrement sur la droite du Kamiza. Si le Maître est absent, ou décédé, on continuera de saluer la place qu'il occuperait s'il était présent (et qu'il doit occuper de toute façon dans notre esprit). Ainsi, avant chaque entraînement, les Shûgyôsha ont l'occasion de se rappeler brièvement le Maître dans l'enseignement duquel ils ont mis leur confiance. Ils se préparent à s'entraîner devant sa présence symbolique et selon ses enseignements.

THE BOW — REI

The bow, before and after training

The Shûgyôsha can bow either standing (Ritsurei) or sitting (Zarei). The trainees shall form a line along the Shimoza, and the teachers a line along the Jôseki (see the diagram of a traditional Dôjô). When carrying out the bow before and after training, everyone shall carry a Jo.

The Shûgyôsha at the far right of the Shimoza will give the following orders for the first bow :

Kamiza ni Rei ! if the Wall of Honour bears the image of the founding Master or a photograph of the current Shihan. (Kamiza : Deity seat or upper seat, depending on the ideogram used.)

Shinzen ni Rei ! if the Wall of Honour comprises a little Shintô altar. (Shinzen : before the Deity.)

Shômen ni Rei ! if the Wall of Honour bears a symbol common to several disciplines, as the ideogram Dô : the Way. (Shômen : the Just Wall, the Front Wall.)

A second bow immediately follows the first :

Sensei ni Rei ! Bow to the teacher. It is customary to pay respect to the Master who stands slightly to the right of the Kamiza. If the Master is away or is deceased, a bow is still addressed towards the spot he would be occupying (and which he occupies anyway in our mind). Thus, before each training session, the Shûgyôsha have the opportunity to remember for a brief moment the Master in whom they have entrusted their training. They are ready to practise in his symbolic presence and in accordance with his teachings.

Dans le cas de Ritsurei

Le Jo qui se trouve en position de Tsune no kamae sera abaissé le long du corps en même temps que ce dernier s'incline vers l'avant, dos et nuque ne formant qu'une seule ligne. Le regard suit le mouvement et ne reste pas fixé sur le mur d'honneur. Lorsque le Shûgyôsha se redresse, le Jo, à l'instar du regard, regagne sa position initiale.

Dans le cas de Zarei

Le Jo sera déposé parallèlement au corps, sur le côté droit, et sur le Hakama afin d'éviter qu'une éventuelle déclivité du terrain le fasse rouler loin de vous. Quand l'ordre du salut est émis, le Shûgyôsha placera ses mains devant lui, les index et les pouces formant un triangle, le dos et la nuque dans le même alignement. Avant et après le salut, les Shûgyôsha veilleront à assumer une position Seiza convenable : les mains, doigts serrés, reposent à plat sur les cuisses, légèrement dirigées vers l'intérieur. Il n'y a pas d'espace sous les aisselles, les gros orteils sont juxtaposés, les épaules sont détendues, le dos et la nuque ne forment qu'une ligne, les reins ne sont pas cambrés. Le menton est légèrement rentré et le regard fixe un endroit à environ cinq mètres devant soi, les yeux mi-clos. Une respiration lente provient de la partie abdominale qui se situe sous le nombril (Seika tanden).

Ces deux saluts seront répétés dans le même ordre à la fin de l'entraînement.

A la fin de l'entraînement, les saluts sont en général suivis d'un salut entre enseignants et élèves, ces derniers pivotant de 90 degrés vers le Jôseki. Ce troisième salut symbolise la notion Jita kyôei (bénéfice mutuel) selon laquelle les enseignants expriment leur gratitude aux élèves sans qui ils ne seraient rien. Les élèves expriment leur gratitude aux enseignants sans qui ils ne pourraient progresser (Sessa takuma — polissage mutuel). Ne bâclez pas ces différents sa-

Ritsurei

The Jo, which is held in Tsune no kamae is lowered against the body and at the same time the body leans forward, back and neck in a straight line. The eyes follow the movement and do not remain on the Kamiza. When the Shûgyôsha stands up straight again, the Jo moves back to its original position, as do the eyes.

Zarei

The Jo shall be laid on the right, parallel to the body, and on the Hakama so that any sloping of the floor does not make it roll away from you. When the order to bow is given, the Shûgyôsha will place his hands in front of him, forming a triangle with the thumbs and index fingers, back and neck in a straight line. Before and after the bow, the Shûgyôsha will take care to assume a proper Seiza position : the hands, fingers together, are laid flat against the thighs, pointing slightly inwards. There is no space between the arms and the armpits, the big toes are held side by side. The shoulders are relaxed, the back is not bent and forms a straight line with the neck. The chin is drawn in slightly and, half-closed, the eyes rest on a point about 5 m in front. A slow breathing comes from the abdominal region below the navel (Seika tanden).

These two bows are repeated in the same order after the training session.

At the end of the training session, the bows are usually followed by a third bow between teachers and trainees, with the trainees turning 90 degrees towards the Jôseki. This last bow symbolizes the concept of Jita kyôei (Mutual benefit).

Sessa takuma

luts. Ils représentent la seule marque de déférence et de reconnaissance envers le lieu et la source de l'enseignement dont vous bénéficiez.

Le salut pendant l'entraînement

Shidachi : Procédez comme pour le salut en ligne.

Uchidachi : Tenez votre Bokken en position Sagetô, le tranchant vers le haut. Inclinez-vous de la même manière que Shidachi.

Salut traditionnel

Comme dans chaque Ryû, il existe également dans Shindô Musô Ryû un salut traditionnel. La séquence illustrée ci-après vous en montre les détails. Effectuez tous ces mouvements d'une manière solennelle, en évitant tout mouvement brusque. Gardez le contact visuel du début à la fin.

Cette forme de salut est pratiquée lors des démonstrations ou en cas d'entraînement intensif (sans corrections ou explications techniques).

The teachers express their gratitude to the trainees, without whom they would be nothing, and the trainees thank the teachers, without whom progress would be impossible (Sessa takuma — Mutual polishing). Do not spoil these various bows. They represent the only mark of respect and gratitude to the place and source of the teaching given you.

The bow during the training session

Shidachi : Proceed as for the bow given in line.

Uchidachi : Hold your Bokken in the Sagetô position, with the edge facing upwards. Lean forward in the same way as Shidachi.

Traditional bow

As in each Ryû, there is a traditional bow in Shindô Musô Ryû. The sequence given hereafter shows the details. Carry out these movements in a solemn manner, with smooth gestures. Keep eye-to-eye contact throughout.

This form of bow is used during demonstrations or intensive training sessions (with no corrections or technical explanations given).

1 et 2. Uchidachi : De la position Sagetô, mettez-vous en position Hodoku sans bouger les pieds.

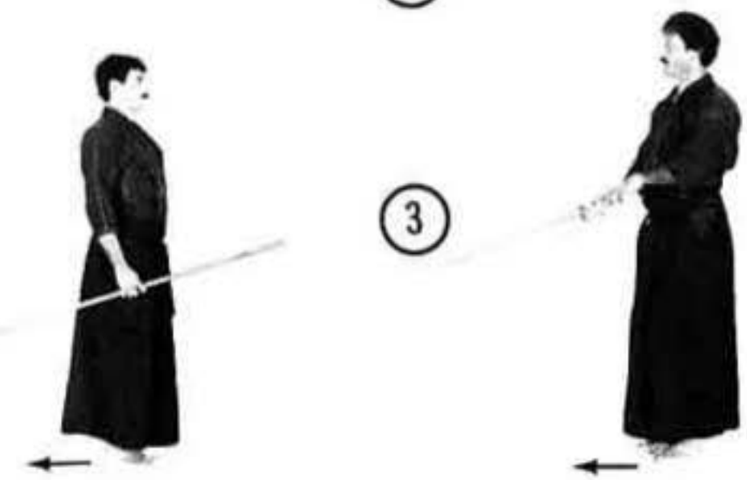
Shidachi : Restez en position Tsune no kamae.

3. Uchidachi : Avancez jusqu'à ce qu'environ deux mètres vous séparent de Shidachi.

Avancez jusqu'à ce qu'environ deux mètres vous séparent de Uchidachi.

4. Uchidachi : Prenez Hasso no kamae à gauche et coupez lentement en Kesa giri, sans Kiai, en avançant le pied gauche. Vous êtes maintenant légèrement en position Hanmi.

Shidachi : Placez votre main gauche devant votre droite sur le Jo, paume en haut, puis glissez votre main droite jusqu'à l'extrémité du Jo tout en tendant les deux bras comme pour Dô barai uchi (mais avec la main droite tournée différemment). Simultanément, reculez le pied droit et mettez-vous légèrement en position Hanmi de façon à ce que votre poitrine soit parallèle à celle de Uchidachi.



1 and 2. Uchidachi : From the Sagetô position, take the Hodoku position without moving the feet.

Shidachi : Remain in the Tsune no kamae position.

3. Uchidachi : Move to within 2 m of Shidachi.

Shidachi : Move to within 2 m of Uchidachi.

4. Uchidachi : Take Hasso no kamae on the left and cut slowly in Kesa giri without a Kiai, moving the left foot forward. You are now slightly in Hanmi position.

Shidachi : Place your left hand in front of the right on the Jo, palm facing up, then slide the right hand to the end of the Jo, keeping both arms extended as for Dô barai uchi (but with the right hand turned differently). At the same time, move the right foot back and take a Hanmi position so that your chest is parallel with Uchidachi's.

5. Uchidachi : Maintenez votre position. Au moment où Shidachi avance son pied droit, reculez votre pied gauche contre le droit. Restez en position Hanmi.

Shidachi : Pliez votre bras droit contre votre poitrine et avancez votre pied droit contre le gauche, toujours légèrement Hanmi.

Les deux armes sont à plat, les deux Monouchi croisés (env. 10 cm).

6. Sans rien changer à votre position, fléchissez tous deux les genoux jusqu'à ce que vous soyez assis sur vos talons légèrement décollés du sol, le buste droit.

Uchidachi : Votre main gauche quitte le Tsuka pour se poser sur l'intérieur de votre cuisse gauche. La main droite dépose le Bokken délicatement. Avant de le lâcher, assurez-vous que ce dernier soit stable. Le buste se redresse. Vous êtes toujours parallèle à Shidachi.

---

5. Uchidachi : Remain in your position when Shidachi steps forward, but move your left foot back against the right. Remain in Hanmi.

Shidachi : Bend your right arm against the chest and move your right foot forward against the left, still in Hanmi.

The two weapons are laid flat, the two Monouchi crossed approximately 10 cm).

6. Without changing anything in your positions, both bend the knees until you are squatting on your heels, slightly off the ground, chest straight.

Uchidachi : Your left hand leaves the Tsuka and is laid against the inside of your left thigh. The right hand gently lays down the Bokken. Before letting go, make sure it is secure. Then lay the right hand against the right thigh. The chest straightens. You are still parallel with Shidachi.

Shidachi : Votre main gauche quitte le Jo pour se poser sur l'intérieur de votre cuisse gauche. La main droite dépose délicatement le Jo (attention à ce qu'il ne roule pas). Puis elle vient se poser sur votre cuisse droite. Le buste se redresse. Vous êtes toujours parallèle à Uchidachi.

Les armes forment un triangle légèrement asymétrique à l'image du Mont Fuji. Me Shimizu surnommait d'ailleurs ce salut : Fuji San (Mont Fuji).

7. Redressez-vous tous deux.

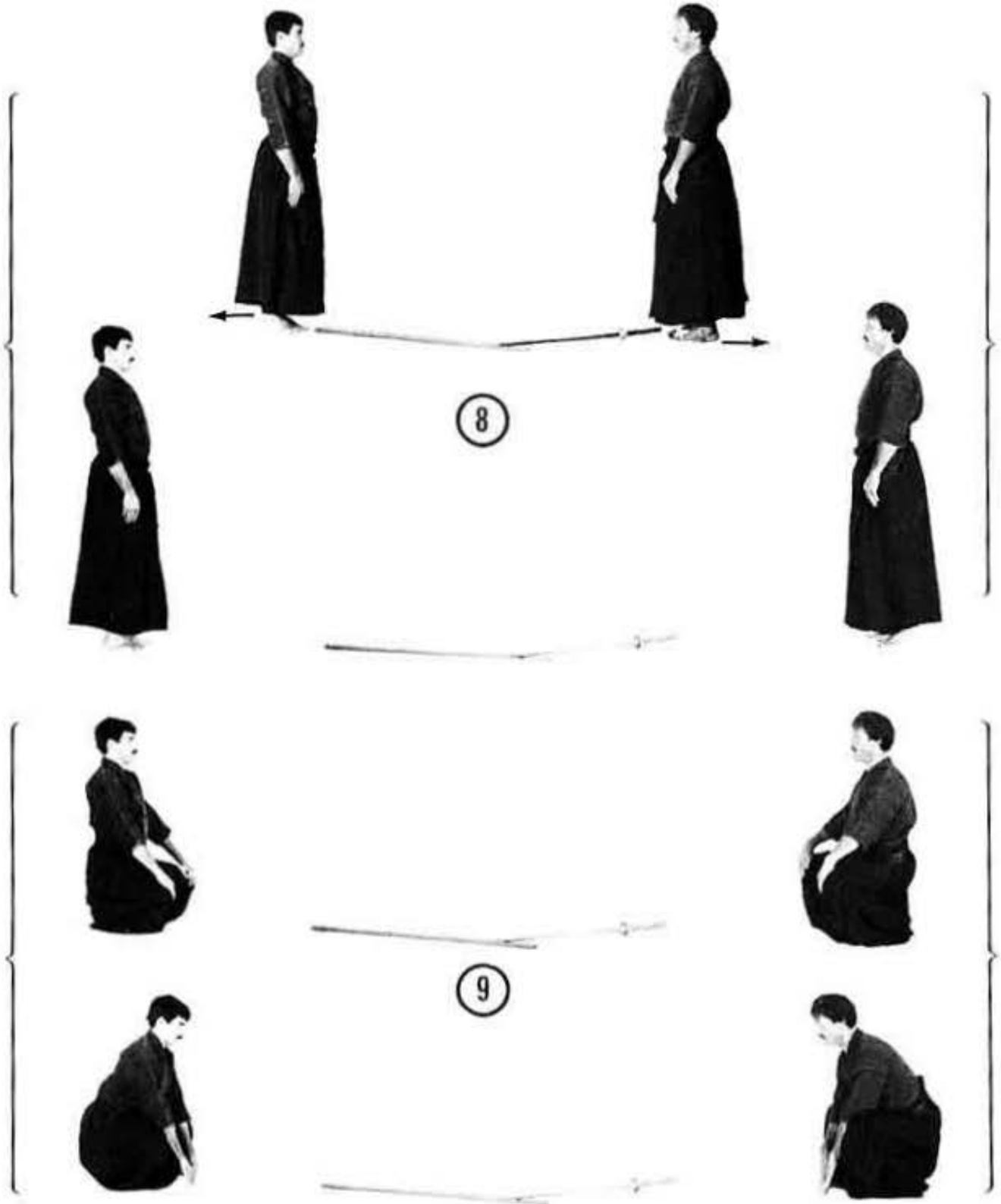
Shidachi : Your left hand leaves the Jo and is laid against the inside of your left thigh. The right hand gently lays down the Jo (make sure it does not roll). The hand is then laid against the right thigh. The chest straightens. You are still parallel with Uchidachi.

The weapons form a slightly asymmetrical triangle in the shape of Mount Fuji. Shimizu Sensei used to call this bow Fuji San (Mount Fuji).

7. Both stand up.

8. Effectuez une légère rotation pour vous retrouver face à face sur la ligne centrale, puis reculez de trois pas en partant du pied gauche. (Gauche, droite, gauche, et le droit rejoint le gauche.)

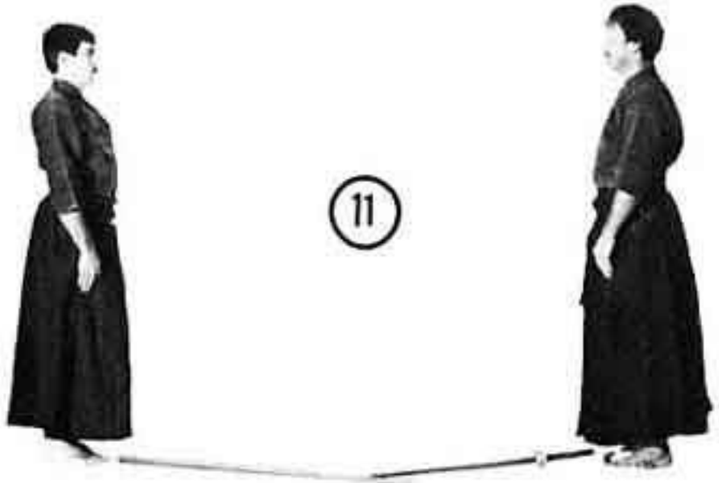
9. Vous êtes maintenant pieds joints, face à face, séparés d'une distance d'environ sept mètres. Fléchissez à nouveau les genoux, puis, simultanément, inclinez-vous, l'extrémité des doigts des deux mains touchant le sol, les mains distantes d'environ 20 cm.



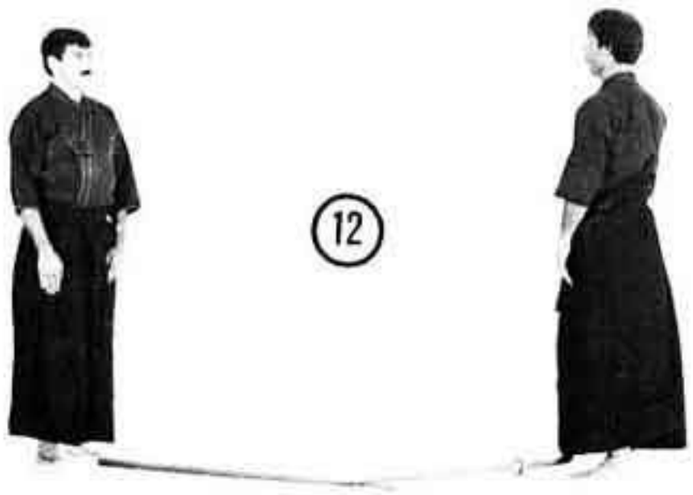
8. Move round slightly to face each other on the centre-line, then move back three steps, starting with the left foot. (Left, right, left, and the right comes and joins the left.)

9. You are now standing with the feet together, facing each other about 7 m away. Bend the knees again, then, at the same time, lean forward and touch the ground with the fingertips, with about 20 cm between the hands.

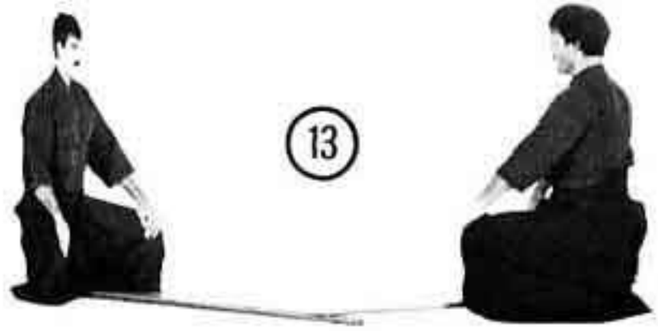
10



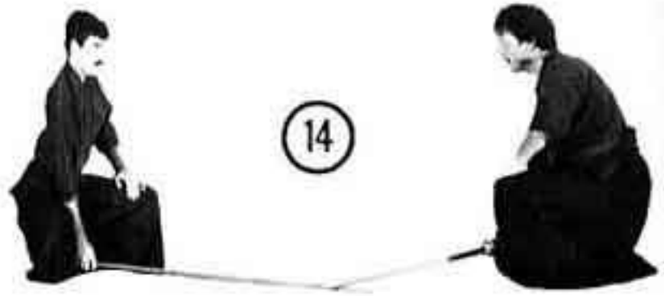
11



12



13



14

15

16

10. Redressez-vous, puis relevez-vous.

11. Après un léger Kime, avancez de trois pas en Ayumi ashi. (Gauche, droite, gauche, et le droit rejoint le gauche.)

12. Pivotez légèrement de façon à vous retrouver dans la même position qu'au point 7, toujours tous deux parallèles.

13. Fléchissez les genoux comme au point 6.

14. Uchidachi : La main droite vient se poser sur le Tsuka, tout près du Tsuba.

Shidachi : La main droite prend l'extrémité du Jo la plus proche.

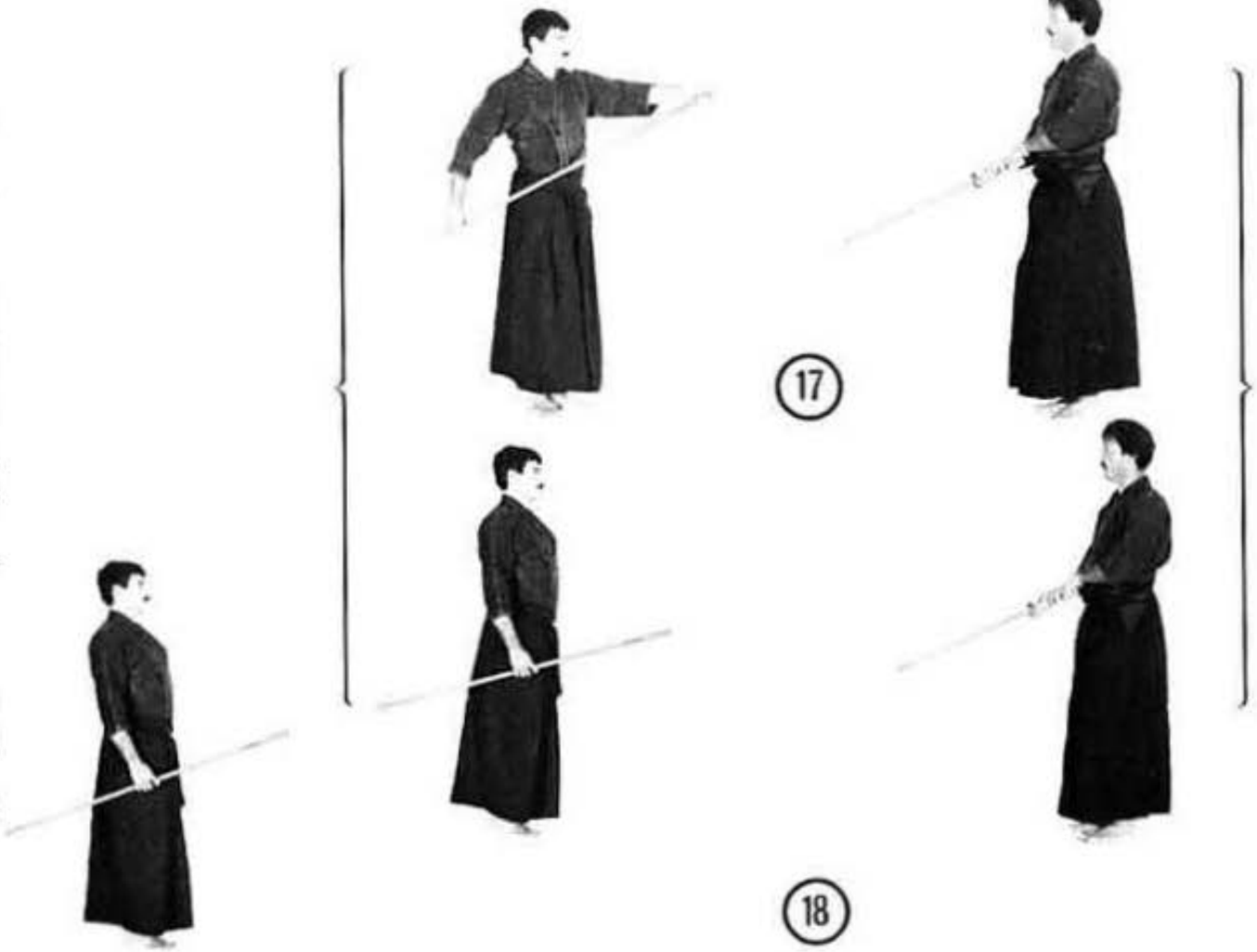
15. Uchidachi : Lorsque Shidachi place l'extrémité du Jo devant votre point Uto, écartant ainsi votre Bokken, laissez ce dernier suivre sa course tout en le contrôlant, jusqu'à ce que la Kissaki touche le sol, un peu sur votre droite.

Shidachi : Prenez le Jo avec la main gauche, à environ trois mains de distance de la main droite, puis placez l'extrémité du Jo devant le point Uto de Uchidachi, dans un mouvement en arc de cercle, mais sans précipitation.

16. Relevez-vous tous deux dans cette position. Uchidachi récupérera cependant son arme avec la main gauche et se retrouvera en position Hodoku.

17. Alors que Uchidachi reste immobile, Shidachi rengaine le Jo à la manière des Kihon.

18. Chacun regagne sa place. Le premier Kata peut commencer.



---

10. Straighten and stand up.

11. After a small Kime, move three steps forward in Ayumi ashi. (Left, right, left, and the right comes and joins the left.)

12. Pivot slightly to take up the position you were in at point 7, still parallel.

13. Bend the knees as in point 6.

14. Uchidachi : Lay the right hand on the Tsuka, close to the Tsuba.

Shidachi : The right hand grasps the nearest tip of the Jo.

15. Uchidachi : When Shidachi places the end of the Jo in front of your Uto point, thus brushing away your Bokken, let the Bokken travel its course, but keep control of it until the Kissaki touches the ground, a little on your right.

Shidachi : Grasp the Jo with your left hand approximately three hands from the right, then bring the end of the Jo up to Uchidachi's Uto point in a circular movement, without haste.

16. Both stand up in this position. However, Uchidachi will seize his weapon with the left hand and will take the Hodoku position.

17. While Uchidachi stands still, Shidachi performs Osame in the Kihon fashion.

18. Both return to their place. The first Kata may begin.

Lorsque ce salut traditionnel se fait à la fin de l'entraînement, procédez de même jusqu'au point 10. A ce point, Uchidachi reste à sa place sans bouger. Shidachi s'avancera alors jusqu'à ce qu'il se trouve à l'intérieur du triangle formé par les armes. Il se mettra en Seiza, prendra le Jo, puis le Bokken, et placera les deux armes sur son côté droit. Il retournera ensuite à sa place et tous deux s'inclineront une dernière fois.

Ce salut traditionnel peut aussi se faire en utilisant le Kodachi. Je n'ai pas jugé opportun de compliquer ce chapitre en vous montrant cet aspect en détail.

Ichi kôtai

Ce déplacement concerne les Kihon sôtai (Kihon effectués à deux). Lorsque Uchidachi termine son trajet en marche arrière, il doit prendre la place de Shidachi pour le Kihon suivant. Dans le cas où un grand nombre de Shûgyôsha pratiqueraient les Kihon sôtai, l'absence d'une méthode bien déterminée pour changer de place (Ichi kôtai) donnerait lieu à un désordre inutile, ralentissant ainsi le travail.

Pour cette courte opération, conservez tout votre Zanshin sans toutefois vouloir absolument garder le contact visuel.

When this bow is performed at the end of the training session, proceed as shown up to point 10. Uchidachi then stands still. Shidachi will then move forward until he steps into the triangle formed by the weapons. He will then assume the Seiza position, take the Bokken, then the Jo, and will lay these two weapons on his right. Then he will stand up, move back to his place, and the two opponents will bow for a last time.

The traditional bow may also be performed using the Kodachi. I have not deemed the details of this feature to be of sufficient interest to merit inclusion in this chapter.

Ichi kôtai

This displacement concerns the Kihon sôtai (Kihon carried out in pairs). When Uchidachi has finished stepping back, he must take Shidachi's place for the next Kihon. If a large number of Shûgyôsha is practising the Kihon sôtai, then the lack of a method for changing places (Ichi kôtai) would lead to an unruly shambles and would slow down the work.

For this brief operation, keep your Zanshin without, however, struggling, to keep visual contact.

Uchidachi, vous vous trouvez en position Hodoku, effectuez un grand pas latéral sur votre gauche, puis marchez droit devant vous. Arrivé à l'endroit prévu (différent selon le Kihon à venir), retournez-vous sur votre droite en vous remettant bien en face de Shidachi qui se trouve déjà sur la ligne centrale.

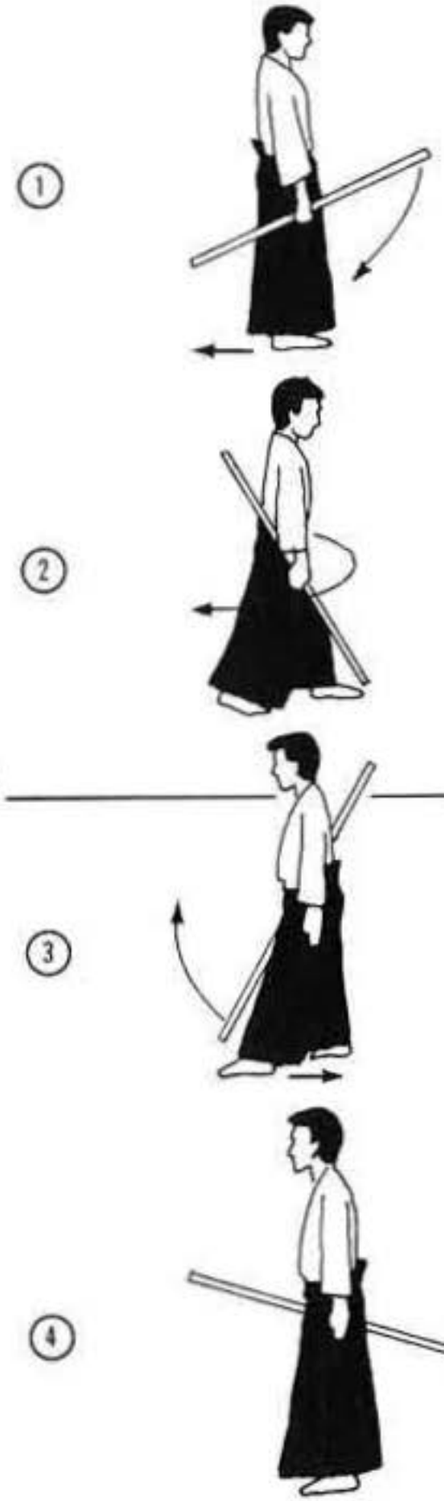
Shidachi, vous vous trouvez en Tsune no kamae, abaissez l'extrémité de votre Jo le long du corps et, une fois que Uchidachi s'est déplacé latéralement, marchez naturellement, droit devant vous. Arrivé à un endroit précis qu'une certaine habitude rendra facilement repérable, tournez-vous du côté de votre arme pour faire face à Uchidachi.

Vous êtes tous deux prêts pour le Kihon suivant.

Uchidachi, you are in the Hodoku position, take a big step sideways to your left, and then move straight forward. On reaching the right spot (different for some Kihon), turn to your right, and set yourself squarely opposite Shidachi, who is already on the centre-line.

Shidachi, you are in Tsune no kamae, lower the tip of the Jo along your body, and, when Uchidachi has moved sideways, move naturally straight forward. On reaching the correct spot, which practice helps to pinpoint exactly, turn on the side of your weapon to face Uchidachi.

You are both ready for the next Kihon.



Maware migi

Pivotez sur votre droite! Cet ordre est utilisé à la fin de la plupart des Kihon tandoku. On peut s'étonner que l'on doive codifier jusqu'à des actions aussi simples que celle de tourner sur soi-même mais l'être humain est souvent compliqué. Les dessins ci-contre vous aideront à préserver une certaine sobriété à cette opération.

Shi uchi kôtai

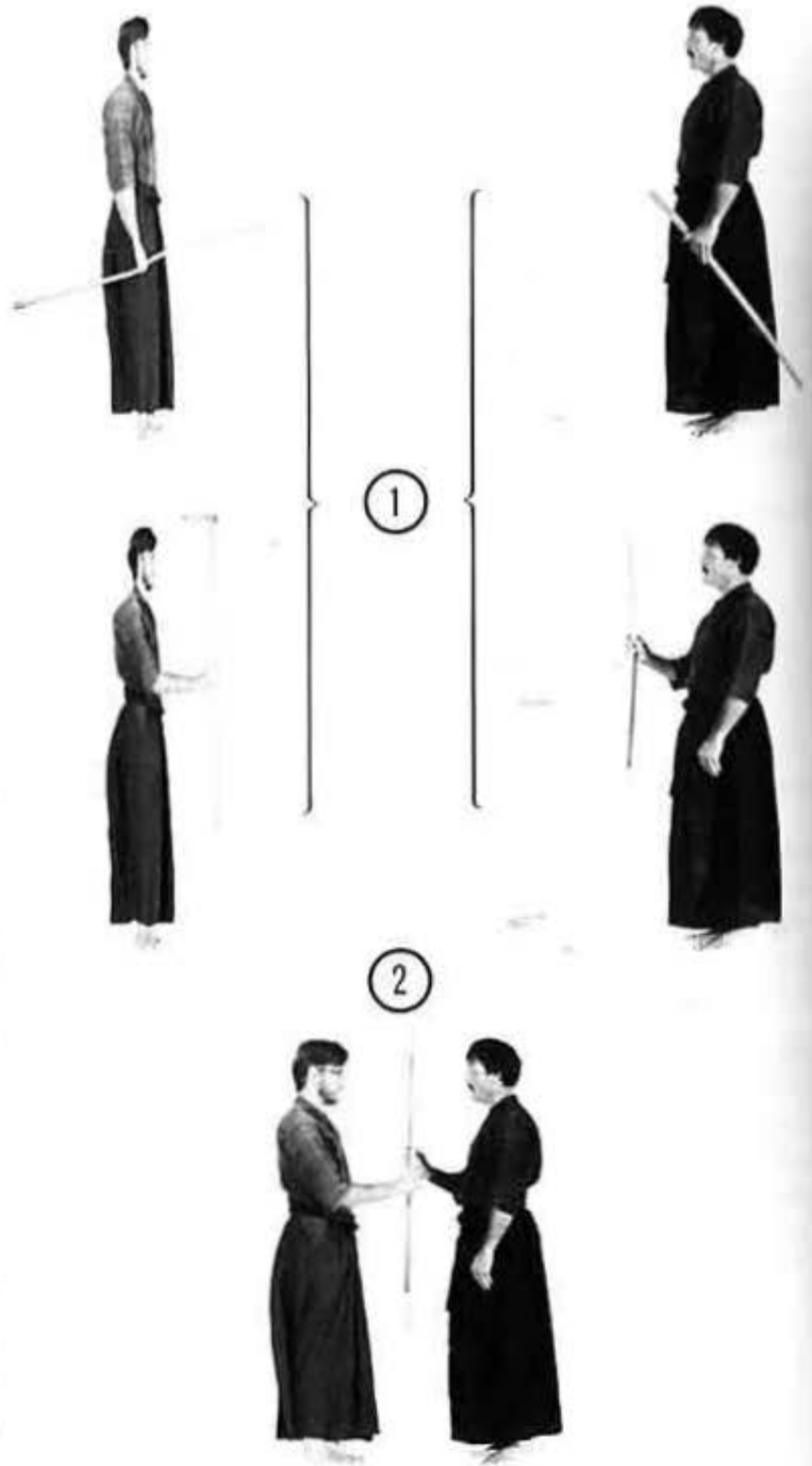
D'une manière générale, chacun doit utiliser son arme personnelle. Il est toutefois des cas (examens, démonstrations) où Shidachi et Uchidachi intervertissent leur rôle de manière plus formelle que celle qui consiste à courir chercher son arme personnelle à l'autre coin du Dôjô. En même temps, cette forme déterminée nous permet d'aborder la manière dont une arme doit être transmise et reçue.

Maware migi

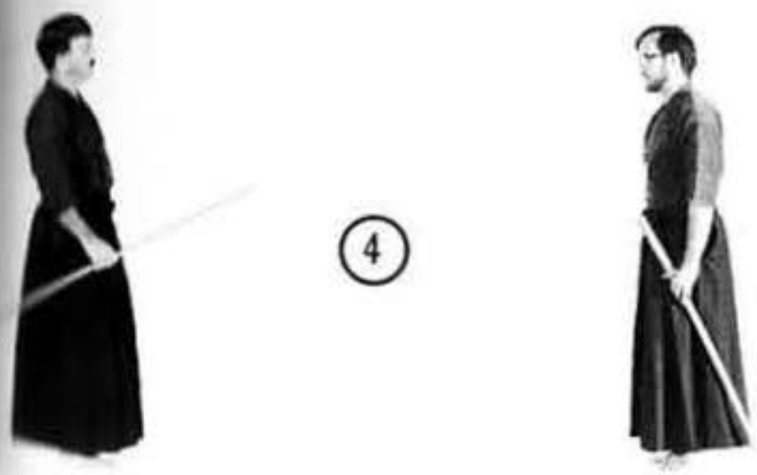
Pivot to the right! This command is used at the end of most Kihon tandoku. One could wonder why an action as simple as pivoting should be codified, but human beings are often complicated and the drawings on the left will help you to maintain a certain soberness in this movement.

Shi uchi kôtai

As a general rule, everyone should use their own weapon. However, there are instances — for example exams or demonstrations — when Shidachi and Uchidachi must exchange weapons in a more formal way than darting across the Dôjô to pick up their personal weapon. This gives us the opportunity to examine the way that a weapon must be presented and received.



3



4

1. Uchidachi, vous êtes maintenant en position Hodoku, retournez votre Bokken, tranchant contre vous, Kissaki vers le bas, et maintenez le devant vous avec la main droite à env. 10 cm au-dessous du Tsuba. Cet espace permettra à Shidachi de prendre le Bokken qui symbolise, ne l'oubliez pas, un sabre véritable. Si l'on prend un sabre par le Tsuka (poignée), il y a bien des chances pour que le Saya (fourreau) s'échappe, dénudant ainsi la lame.

Shidachi, vous êtes en Tsune no kamae, gardez le Jo dans la main droite mais tenez ce dernier verticalement devant vous.

2. Avancez l'un vers l'autre sans rien changer à la position décrite dans le point 1.

3. Uchidachi, prenez le Jo avec la main gauche juste au-dessous de la main droite de Shidachi. Puis, une fois que votre main droite est libérée du Bokken, saisissez le Jo au-dessus de sa main gauche, abaissez l'extrémité du Jo le long du corps tout en faisant un pas latéral sur la gauche. Puis marchez droit devant vous jusqu'à la position que Shidachi occupait précédemment.

Shidachi, prenez le Bokken avec la main gauche entre le Tsuba et la main droite de Uchidachi. Puis placez le Bokken en position Sagetô, le long de votre côté gauche tout en prenant soin de retourner l'arme dans vos doigts de façon à ce que le tranchant soit tourné vers le haut. Sans déplacement latéral, partez droit devant vous rejoindre la place que Uchidachi vient de quitter.

4. Une fois arrivé à destination, retournez-vous l'un et l'autre du côté où vous tenez votre arme. Vous êtes tous deux prêts à travailler dans votre nouveau rôle.

1. Uchidachi, you are in the Hokoku position, turn your Bokken round, edge against you, Kissaki pointing down, and hold it in front of you in the right hand about 10 cm below the Tsuba. This gives Shidachi enough room to grasp the Bokken — which, it must be remembered, symbolizes a real sword. (If a sword is grasped by the Tsuka, then there is a fair chance that the Saya (sheath) will slide off and expose the blade.)

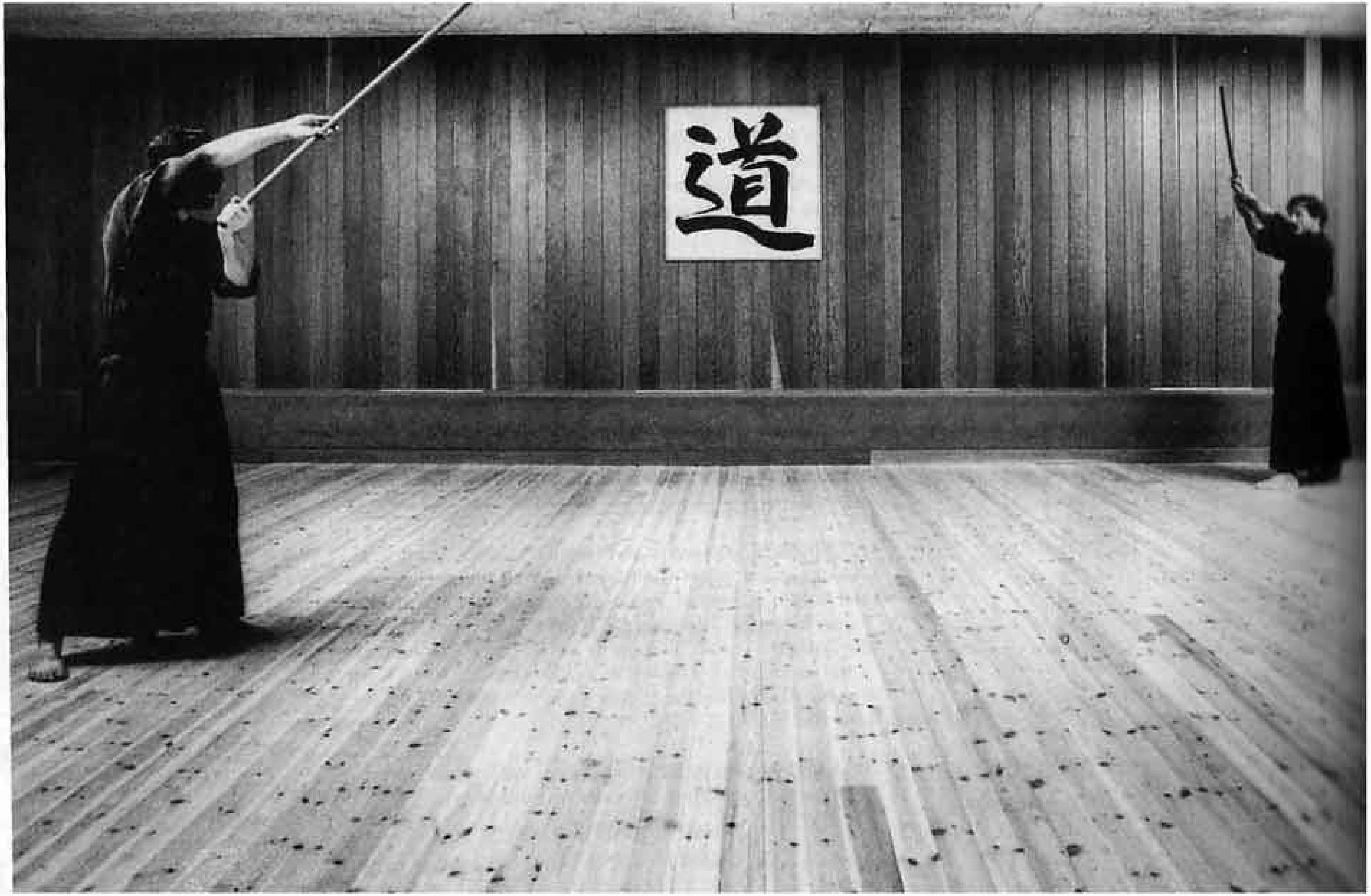
Shidachi, you are in Tsune no kamae, keep the Jo in your right hand, but hold it vertically in front of you.

2. Move both forward without changing the position given in 1.

3. Uchidachi, take the Jo with your left hand below Shidachi's right hand. Then, after the right hand has let go of the Bokken, grasp the Jo above the left hand. Lower the end of the Jo along the body and step sideways to the left. Walk straight forward to the position vacated by Shidachi.

Shidachi, grasp the Bokken with your right hand between the Tsuba and Uchidachi's right hand, then place the Bokken in the Sagetô position along your left side, taking care to turn the weapon over with your fingers so that the edge faces upwards. Without stepping sideways, move straight forward and take Uchidachi's place.

4. When you both reach your destination, pivot in the direction of your weapon. You are both ready to assume your new role.


道

DANS tout art de combat, il existe des postures bien définies précédant l'engagement proprement dit. Le boxeur lève ses deux poings devant le visage, tout en se couvrant le haut du corps avec ses deux coudes et se met à sautiller pour modifier sans cesse la distance qui le sépare de son adversaire. L'escrimeur se place de côté, cœur en retrait, sa main non armée derrière lui, hors d'atteinte. L'homme muni d'un couteau abaissera son centre de gravité, les bras écartés devant lui comme pour cerner son adversaire. On pourrait citer maints autres exemples.

Le temps que dure ces postures d'engagement au combat dépendra principalement de l'agressivité des adversaires, ou de leurs failles, mais il permet, à distance respectueuse, et en minimisant les risques d'attaques directes, d'observer son adversaire, d'en mesurer la valeur et de jauger son état psychologique.

Dans les arts martiaux japonais classiques (Kobujutsu), le Kamae (posture d'engagement au combat) occupe une place prépondérante. Le nombre de Kamae est impressionnant. Chacun d'eux présente, si l'on peut dire, des subtilités à double tranchant. Ils marquent à la fois une intention manifeste d'engager le combat et toute une série de symboles destinés à provoquer chez l'adversaire des réactions de peur, d'hésitation, de confusion, ou même à leurrer ce dernier par une faiblesse qui n'est qu'apparente.

L'art du Kamae fut poussé très loin durant l'époque préféodale (avant le 17e siècle). Il était alors primordial de pouvoir déchiffrer le Kamae de l'adversaire comme dans un livre, et d'adopter un Kamae correspondant. Les chances de victoire étaient beaucoup plus nombreuses lorsqu'un des deux adversaires prenait un Kamae illisible auquel nul Kamae ne correspondait vraiment: d'où la profusion de Kamae. Certains de ces «rounds d'observation» duraient de longues minutes, et il s'est même trouvé des cas où l'un

構え

Kamae

ON ALL forms of combat, there exists well defined positions to be taken up before actual engagement. A boxer lifts his hands up in front of his face, tucks in his elbows to protect his body, and moves around to avoid presenting a stationary target to his opponent. A fencer stands sideways, with the heart away from his foe, his unarmed hand held inaccessible behind him. The knife fighter will lower his centre of gravity and will open his arms, as if attempting to encircle his opponent. And one can think of many other examples.

The duration of these postures will mainly depend on the aggressiveness or weaknesses of the two foes, but it allows each of them to weigh up and judge the value of the opponent, and to evaluate his psychological state at a safe distance without running excessive risks.

The Kamae (combative engagement postures) occupy an important place in Japanese martial arts. Their number is impressive and they offer double-edged subtleties, so to speak. They not only declare a clear intent to engage in combat, but also seek to create reactions of fear, hesitation or confusion as well as serving to lure the adversary by displaying apparent weak points.

The art of Kamae was greatly developed during the prefeudal period (up to the 17th century). It was of prime importance that the opponent's Kamae should be read like a book, and to adopt corresponding Kamae. The chance of victory increased greatly if one of the opponents took an illegible Kamae for which there existed really no appropriate answer, whence the abundance of Kamae. This " sizing-up " of one's opponent could last for minutes and there are

des adversaires s'avouait vaincu avant l'engagement proprement dit et refusait le combat.

Dans le contexte qui nous concerne, le Kobudô à but non combatif, ces Kamae ont perdu beaucoup de leur signification et ne sont plus qu'une représentation visuelle de l'esprit qui motive le Shûgyôsha. Bien que ces Kamae ne soient plus qu'une approximation des méthodes de Kobujutsu plus anciennes, ils n'en retiennent pas moins une originalité qui leur est propre.

Shindô Musô Ryû est riche en Kamae. Pour être plus précis, presque chaque mouvement débute et finit en Kamae. Ceci signifie qu'à tout moment la position de l'arme peut permettre une attaque ou un contrôle. Cependant, il est incontestable que ce sont dans les Kamae qui précèdent chaque Kata que l'on discerne le mieux les notions plus anciennes des méthodes de Kobujutsu.

Shindô Musô Ryû a établi les Kamae de Jo et de Bokken de manière à ce qu'ils se complètent. En général, le Kamae du Jo reflète la meilleure réponse au Kamae du Bokken, évitant ainsi aux débutants de commettre des erreurs trop grossières. Ne vous contentez pas toutefois de ces «figures imposées», mais approfondissez l'étude de ces Kamae lorsque vous aurez atteint un certain niveau; vous constaterez alors que chacun d'eux offre plusieurs réponses possibles. Pratiquez ces diverses possibilités, vous tirerez vite la conclusion que chacun de ces Kamae est riche en enseignements.

Je vous propose donc d'illustrer chacun de ces Kamae de profil et de face pour tenter d'en démontrer la posture exacte.

Mais auparavant, examinons les quelques points communs aux diverses prises de Kamae :

---

cases where one of the opponents withdrew before engaging in combat proper and refused to fight.

In the context that concerns us – non-competitive Kobudô – these Kamae have lost much of their original meaning and are now more a visual model of the Shûgyôsha's driving spirit. These Kamae may now be no more than approximations of more ancient Kobujutsu methods, yet they retain a certain freshness.

Shindô Musô Ryû is rich in Kamae. To be more precise, nearly every movement starts and ends with a Kamae. This means that the position of the weapon allows an attack to be launched at any time, or a dominant position to be maintained. However, it is within the Kamae preceding each Kata that the most ancient methods of Kobujutsu are revealed. Shindô Musô Ryû established a series of Kamae for Jo and Bokken so that they would complement each other. In general, the Kamae for the Jo provides the best reply to the Kamae of the Bokken, and thus helps prevent the beginner from committing gross errors. Do not content yourself with reproducing these "set figures", but once you reach a certain level, dig further to study these Kamae. You will realize that to each Kamae several answers are possible. You will soon conclude that each Kamae contains a wealth of lessons.

I shall therefore give a frontal and sideways representation to try to illustrate the correct posture. But let us examine the points common to the various taking of the Kamae.

1. Take the Kamae slowly and intensely, with a slow breathing out coming from Seika tanden (area below the navel). Avoid sudden, jerky movements.

1. La prise de Kamae doit être lente et intense, accompagnée d'une longue expiration venant du Seika tanden (région qui se situe au-dessous du nombril). Evitez les mouvements brusques ou rapides.

2. Les notions de Zanshin, Metsuke et Shisei doivent être omniprésentes tout au long de l'action (voir sous «Notions»).

3. N'oubliez jamais que la prise de Kamae est aussi intimement liée à la notion de Ma-ai, et qu'un Kamae à mauvaise distance peut être inutile ou dangereux.

4. Le visage ne reflète aucune émotion (Muga-mushin), ni agressivité, ni hésitation ou appréhension. C'est avec un visage neutre reflétant une disponibilité intérieure totale qu'il faut faire face à l'adversaire. Faire le vide en soi n'est pas une petite affaire pour un débutant, mais quelques années d'entraînement sérieux lui apporteront une certaine sérénité dans la prise des Kamae. Ne soyez pas trop vite satisfait, pensez à ce qui arriverait à votre sérénité dans le contexte d'un combat réel !

5. Lorsque les deux adversaires sont à distance (Tôma), Shidachi attend que Uchidachi prenne son Kamae avant de lui dévoiler le sien. Toutefois lorsque les Kamae sont pris à distance rapprochée (Uchima), les prises de Kamae se font simultanément, non seulement dans un esprit d'harmonie (Awase), mais également parce que des Kamae décalés présentent de grands avantages pour celui qui sait s'en servir.

2. The concepts of Zanshin, Metsuke and Shisei shall be present throughout of the action (see under "Concepts").

3. Do not forget that the action of taking the Kamae is also closely related to the notion of Ma-ai, and that a Kamae taken at the wrong distance may be useless or even dangerous.

4. The face should betray no emotion (Muga-mushin) – no aggression, no hesitancy, no apprehension. One should face the opponent with a neutral look reflecting a total inner calm. To empty oneself completely is not easy a task for a beginner, but a few years' training will lead to a certain serenity when taking the Kamae. Do not be satisfied too easily – just think what would happen to your serenity in case of real combat!

5. When the two opponents face each other at a relatively long distance (Tôma), Shidachi waits until Uchidachi takes his Kamae before replying with his own. However, when the Kamae are taken at close quarters (Uchima), they are to be done simultaneously – not only out of regard for harmony (Awase), but also because shifted Kamae offer possibilities to someone who knows how to use them.

Tsune no kamae

Tsuba wari no kamae

Tsuki zue no kamae

Hissage no kamae

Honte no kamae

Gyakute no kamae

Hiki otoshi no kamae

Ichi monji no kamae

Kasumi no kamae

Monomi no kamae

Kasa no shita no kamae

Ichi rei no kamae

Hoso michi no kamae

Yoko giri dome no kamae

Seigan no kamae

Waki no kamae (ou/or Wakigamae)

Jôdan no kamae

Gedan no kamae

Hassô no kamae

Nitô no kamae

(Taitô n'est pas un Kamae à proprement parler, mais il permet de dégainer et de couper en un seul mouvement à la manière du Iaijutsu. Tai, ici, signifie ceinture et Tô, sabre.)

(Strictly speaking, Taitô is not a Kamae, but it permits to draw and cut in one movement in the Iaijutsu fashion. Here, Tai means belt, and Tô, sword.)

Taitô

REI : Etiquette

On peut être maître de sa technique,
mais la Maîtrise de soi s'acquiert
à travers la discrétion, le respect,
le goût et la finesse...

REI : Etiquette

Master technique.
But remember that Mastery
of yourself is practised in
discretion, respect, taste
and finesse...

3

Les Kihon
The Kihon

DANS la langue japonaise, Kihon signifie : «base». Et c'est bien de cela qu'il s'agit. La structure de la progression technique de Shindô Musô Ryû a été élaborée à partir de ces Kihon. Ces derniers ne sont rien d'autre que des fragments de Kata. Ils sont facilement assimilables et peuvent être répétés, pour la plupart, alternativement à droite et à gauche sans difficulté. Plus tard, mis bout à bout, dans un ordre différent et dans un contexte de combat, ces mouvements forment une grande partie des techniques incluses dans les 64 Kata de Shindô Musô Ryû.

Les Kihon sont au nombre de douze. Les quatre premiers et le douzième se pratiquent à droite et à gauche. Ce dernier Kihon, contrairement aux quatre premiers, s'exécute d'abord à droite, puis, après être revenu au point de départ, à gauche. Du cinquième au onzième, ils ne se pratiquent qu'à droite dans le cadre de la série qui nous intéresse, mais on en retrouve également à gauche dans les séries de Kata.

Pourquoi pratiquer les Kihon?

Comme nous venons de le voir, ces mouvements de base se retrouvent tels quels dans les Kata. Il est donc nécessaire de parvenir à une certaine maîtrise du maniement du Jo avant d'aborder l'étude des Kata. Ces derniers comportent déjà toute une série de notions qui ne sont pas toujours faciles à assimiler, et les Kihon ne devraient plus poser de problèmes techniques à ce stade, laissant l'esprit libre pour des notions moins concrètes.

Comme toute tradition martiale qui se respecte, Shindô Musô Ryû ne comprend pas d'échauffement sous forme de mouvements de gymnastique, car elle part du principe qu'un pratiquant d'une discipline classique doit être prêt à utiliser son arme à n'importe quel moment et dans n'importe quelle situation. D'autre part, l'exécution des Kihon tandoku (Kihon effectués seul) n'exige que peu d'efforts

IN Japanese, Kihon means "basis". And a basis they are. The structure of the technical progression of Shindô Musô Ryû was built on these Kihon. They are nothing more than fragments of Kata ; they are easily assimilated and most of them may be carried out both on the left and right sides. At a later stage, these basic movements will be woven together, in a different order and in a combat situation, to form a major part of the techniques of the 64 Kata of Shindô Musô Ryû.

There are twelve Kihon. The first four and the twelfth are carried out both on the left and right. The twelfth Kihon, unlike the first four, is first executed on the right, and, after coming back to the starting point, on the left. The fifth to the eleventh Kihon are carried out only on the right, but later they are also performed on the left in the series of Kata.

Why practise the Kihon ?

As we have just seen, these basic movements appear in the Kata. It is therefore necessary to acquire a certain proficiency in the handling of the Jo before tackling the Kata ; they themselves comprise a set of concepts that are sometimes difficult to grasp. The technical aspects should be relatively well mastered before turning one's attention to more abstract concepts.

Like any genuine martial tradition, Shindô Musô Ryû includes no warm-up exercises, in the form of gymnastics, because it is believed that a student of a classical discipline should be ready to use his weapon at any time and under any circumstances. Besides, the Kihon tandoku (Kihon practised alone) demand no particular physical effort and provide both an intelligent and useful warm-up.

musculaires et permet un échauffement à la fois utile et intelligent.

Chaque cours devrait débuter par les Kihon tandoku.

Le rythme

Le rythme est très important dans la pratique des Kihon tandoku. Il est judicieux d'imposer dès le premier Kihon un rythme bien marqué et pas trop rapide de façon à ce que les pratiquants puissent vérifier à tout moment les points-clé importants: espace entre les mains, hauteur de l'extrémité du Jo, angle du Jo, etc. Le rythme est ponctué par le Kiai respectif de chaque Kihon, ainsi que par les ordres du leader des Kihon: le professeur ou un élève avancé.

Les ordres

Pour celui qui comprend le japonais, les ordres émis durant la série de Kihon peuvent lui donner l'impression de s'être fourvoyé dans un régiment de fantassins en plein exercice. Et ce n'est pas seulement une impression. En effet, Maître Shimizu a élaboré une série d'ordres dans une période où il conduisait les Kihon du haut d'un podium pour les soldats de l'Armée impériale japonaise stationnée en Mandchourie. Les quelques centaines de soldats évoluant alors, Jo en main, auraient créé une petite catastrophe s'ils n'avaient pas été guidés par des ordres impératifs et précis, donc plus militaires que martiaux. Jugez-en plutôt:

Pour le premier Kihon, par exemple, la traduction des ordres est la suivante:

Honte ni kamae!	Prenez la posture de base !
Honte uchi, Yôi !	Honte uchi (nom du premier Kihon) prêt !
Hajime !	Partez !
Yame !	Halte !
Motoe !	En position de base !
Maware migi !	Demi tour droite !

Every Jodô session should begin with the Kihon tandoku.

Rhythm

Rhythm is of prime importance in the practice of Kihon tandoku. It is essential to impose a marked but not too fast a rhythm from the first Kihon, in order to check the important key-points : distance between the hands, height of the end of the Jo, angle of the Jo, etc. The rhythm is emphasized by the Kiai particular to each Kihon, as well as by the orders given by the leader of the Kihon – the teacher or an advanced trainee.

The commands

To someone who understands Japanese, the orders given during a series of Kihon may lead him to think that he has strayed into a regiment of foot-soldiers on manoeuvres. It is more than a mere feeling. Indeed, Shimizu Sensei drew up a list of orders at a time when he was directing the Kihon from a podium to the soldiers of the Japanese Imperial Army stationed in Manchuria. Hundreds of soldiers holding a Jo would have created havoc without clear and precise instructions, and so, by their very nature, the commands are more military than martial.

For example, the translation of the orders for the first Kihon is :

Honte ni kamae!	Assume the basic posture !
Honte uchi, Yôi !	Honte uchi (name of the first Kihon) ready !
Hajime !	Start !
Yame !	Stop !
Motoe !	Return to the basic posture !
Maware migi !	About-face right !

Bien que cette série d'ordres puisse incommoder certains pratiquants, il est cependant bon de l'utiliser pour les groupes de débutants ainsi que pour tout groupe important, car la ponctuation sonore des ordres aide à imposer un rythme et évite des «embouteillages» pouvant présenter des dangers.

Il est bien entendu parfaitement possible pour un groupe de pratiquants chevronnés de laisser les ordres de côté et d'exécuter les Kihon en silence, mis à part le Kiai.

Surface d'évolution

La plupart des Dôjô ne permettent pas de pratiquer les Kihon sur une longue distance. Choisissez cependant la distance la plus grande de façon à ce que le Kihon le plus long puisse être exécuté au moins trois fois. Dans le cas d'un entraînement à l'extérieur, les problèmes de distance ne se posent plus. Veillez cependant à ne pas exagérer : une trop longue distance favorise la routine, et le travail manquera d'intensité.

La série de Kihon devrait commencer et se terminer au même endroit, avec un salut avant et après. A l'exception du douzième Kihon, ne revenez pas au point de départ pour chaque nouveau Kihon, mais exécutez-le sur le chemin du retour (le troisième Kihon commencera donc au même endroit que le premier, etc.). Après le douzième Kihon, qui se fait en marche arrière, un ordre spécial «Mae dete !» vous invite à rejoindre l'endroit où vous l'avez commencé pour le refaire à gauche. Tout cela sera beaucoup plus clair dans les pages qui suivent.

This series of instructions may disturb some trainees ; however, it is a good idea to use it with groups of beginners or with large numbers of trainees. The emphasis of the shouted orders helps to impose a rhythm and avoid potentially dangerous "bottlenecks" which may lead to injury.

It is of course perfectly possible for a group of advanced students to drop the orders altogether and to execute the Kihon in silence, except for the Kiai.

Training area

Most Dôjô sizes do not permit the Kihon to be practised over a large area. However, use the largest distance so that the longest Kihon is carried out at least three times. The problem of distance does not arise in the case of an outdoor session. Still, do not exaggerate ; too long a distance may cause boredom and the training will lack intensity.

The series of Kihon should start and finish at the same place, with a bow before and after. Except for the twelfth, do not go back to the starting point for each Kihon, but carry out the next one on the return distance. (The third Kihon will begin in the same place as the first, etc.) After the twelfth Kihon, which is done stepping backwards, a special order – Mae dete ! – is given : go back to where you started and this time carry it out on the left.

All will be made clear in the pages that follow !

La position Hanmi

Hanmi, dans la langue japonaise, est composé de deux caractères : la moitié, et le corps. Le sens n'est pas aussi clair qu'on le voudrait, car, en Budô, le terme Hanmi est utilisé aussitôt que le corps n'est plus exactement en face de l'adversaire. Par conséquent j'ai utilisé dans ce livre l'adverbe « légèrement » pour préciser le sens de Hanmi lorsque le corps ne se trouve qu'à un angle de 45 degrés par rapport à la ligne centrale, et « totalement » ou « complètement » lorsque le corps est à 90 degrés par rapport à cette ligne.

La position légèrement Hanmi est en général la conséquence, d'une part, de la position des mains sur une arme, l'une des mains étant nécessairement plus avancée que l'autre, et, d'autre part, de la position des pieds qui ne se trouvent pas au même niveau.

Les premiers pas

Le Budô requiert une façon de se déplacer qui, si elle est naturelle, n'en est pas moins différente de celle que nous utilisons quotidiennement. Les chaussées bien lisses, une signalisation minutieuse du moindre obstacle, la régularité des hauteurs d'escaliers, les surfaces antidérapantes, bref toutes les innovations pour faciliter la vie de l'homme moderne qui s'astreint encore à un peu de marche, ont fait que le piéton actuel se déplace inconsciemment, mécaniquement.

Les disciplines martiales nous réapprennent à marcher avec précaution, consciemment. En Budô, notre équilibre peut être brutalement remis en question à tout instant. La manière dont nous nous déplaçons ne doit comporter aucune faiblesse. Le contact avec le sol est primordial : c'est du sol qu'on puise la force de propulsion. Plus grande est la surface de contact avec le sol et plus stable sera l'équilibre

The Hanmi position

In Japanese, Hanmi comprises two characters : "half" and "body". The meaning is not as clear as it might be since, in Budô, the expression Hanmi designates the position the moment the body is no longer directly opposite the opponent. Consequently, I have used the word "slightly" to indicate that the body is at an angle of 45 degrees to the centreline, and "completely" or "totally" to indicate that it is at 90 degrees to this line.

The slightly Hanmi position occurs, in general, because of the position of the hands on the weapon, one hand being further forward than the other, and also because of the position of the feet, which are positioned one in front of the other.

The first steps

Budô demands a mode of locomotion which, though being natural, is nonetheless different from the usual walk. Flat pavements, clear sign-posting of any hazard, regular staircases, anti-slip surfaces – in short, all the novelties designed to aid those who still go by foot – have turned the pedestrian into a robot or automaton.

Martial disciplines re-educate us to walk carefully, consciously. In Budô, our balance may be unexpectedly jeopardized at any moment. Our mode of locomotion should present no weakness. Contact with the ground is of prime importance : it is the ground which produces the force of propulsion. The greater the area in contact with the ground, the surer the balance.

Chaque discipline martiale a, selon ses besoins, une façon particulière de se déplacer : linéaire pour le Kendô (vitesse), écartée pour le Jûdô (stabilité), triangulaire pour l'Aikidô (mobilité), et ainsi de suite. Le Jodô requiert des déplacements à la fois linéaires, stables et triangulaires.

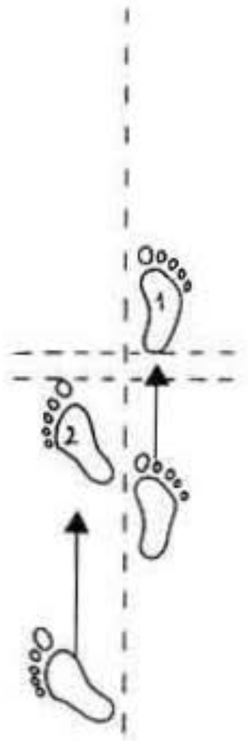
D'un pied à l'autre

Lorsqu'on se déplace vers l'avant ou l'arrière, le pied qui part à l'aventure ne supporte pas encore le poids du corps mais épouse les contours du sol sans perdre le contact avec ce dernier. Le poids du corps ne sera transféré que lorsque l'endroit aura été jugé stable, et ainsi de suite. Rassurons-nous, cette démarche de caméléon peut se faire, avec un peu d'habitude, très rapidement, plus rapidement et plus sûrement même que toute autre démarche. Il est cependant des cas où l'on fait des exceptions et le poids du corps est lancé dans sa totalité vers l'avant comme dans Hiki otoshi uchi. Si l'on fait abstraction des diverses variantes, il y a deux manières de marcher en Budô, le Tsugi ashi (pas suivi) et le Ayumi ashi (pas de marche).

Tsugi ashi

Ce pas ne permet qu'un déplacement restreint mais extrêmement rapide durant lequel l'équilibre n'est guère mis en danger. C'est en général le pied qui se trouve le plus proche de la direction dans laquelle on veut aller qui se déplace en premier lieu, que ce soit en avant ou en arrière. Dans le cas contraire, le corps ne se déplacerait que lors du deuxième pas, accusant ainsi un temps de retard.

Le grand problème du Tsugi ashi est que si l'action est très dynamique, l'élan propulse le deuxième pied trop loin et



Tsugi ashi

Each martial discipline has its particular mode of locomotion, adapted to its needs : linear for Kendô (for speed), wide for Jûdô (stability), triangular for Aikidô (mobility), and so on. Jodô requires movements that are linear, stable and mobile.

Step by step

When we take a step forward or back, the foot that initiates the movement does not immediately bear any weight, but first adapts itself to the ground. The full weight of the body will be transferred only when one's footing has been judged secure. Rest assured, with a bit of practice, this chameleon-like gait can be done very quickly, quicker and more safely, even, than all other ways of walking. There are, however, exceptions to the rule : instances where the whole weight of the body is thrown forward at once, for example in the case of Hiki otoshi uchi.

Setting aside the different variations, there are two basic ways of walking in Japanese Budô : Tsugi ashi (sliding step), and Ayumi ashi (stride).

Tsugi ashi

This step covers only a small distance, but is extremely fast and is stable throughout. The foot closest to the direction of travel generally moves first, whatever the direction taken (forwards or backwards). The opposite case would mean that the body would move during the second step only, thus creating useless delay within the movement.

Ayumi ashi

c'est souvent pieds joints que l'on termine ce pas, ce qui met l'équilibre en péril. Il faut s'astreindre à ce que ce deuxième pied s'avance juste assez pour que les orteils se trouvent à une dizaine de centimètres derrière le niveau du talon du premier pied. Cet écartement correspond à la largeur des épaules.

Ayumi ashi

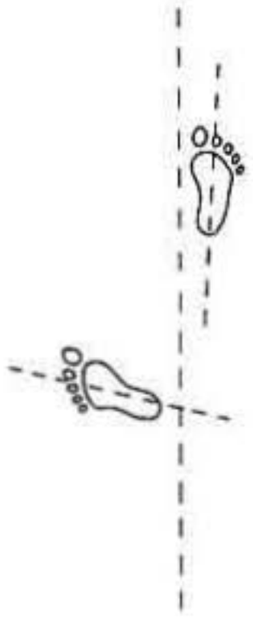
Ce pas est utilisé pour couvrir une plus grande distance. Il présente un certain danger le moment précis, aussi bref soit-il, où les pieds se croisent. Un autre point important est à noter : à chaque pas, la position du corps change de côté. D'une façon générale, le Ayumi ashi est très souvent suivi d'un petit pas du deuxième pied pour rétablir l'espace adéquat entre les jambes. Ce dernier pas est un pas de réajustement qu'il n'est pas nécessaire de faire à tout prix mais qui permet souvent plus de dynamisme.

La position Chûmoku

Voilà pour les déplacements, examinons maintenant la position des pieds avant ou après le pas.

L'angle des pieds se nomme Chûmoku. Selon le schéma ci-contre, le pied arrière est tourné d'un peu moins de 90 degrés par rapport au pied avant qui, lui, doit se trouver pointé dans la direction de l'adversaire ou de la cible. 88 degrés est l'angle idéal, mais la morphologie de chacun étant différente, cet angle peut varier entre 88 et 45 degrés. Au-dessus de 88 degrés, le pied arrière perd beaucoup de sa capacité de propulsion et devient un boulet que l'on traîne. Le facteur déterminant réside dans une position de hanche permettant un maximum d'efficacité.

Il est important de noter l'aspect morphologique suivant : Lorsque l'angle du pied varie, ce n'est pas le pied seul qui doit pivoter, mais toute la jambe jusqu'à la tête du fémur



Chûmoku

The main problem encountered in Tsugi ashi is when the action is excessively forceful and the thrust brings the second foot too far and causes the two feet to end up side by side, jeopardizing one's proper balance. Strive to get the second foot to move forward enough so that the toes end about 10 cm behind the heel of the first foot, or, in case of a back step, 10 cm in front of the toes of the first foot. This corresponds to approximately the width between the shoulders.

Ayumi ashi

This step is used to cover greater distances. It presents a small weakness at the precise moment when the feet cross one another. Another important point should be noted : at each step, the position of the body is reversed. In general, a second, smaller step with the second foot follows Ayumi ashi to readjust one's position. This last step is a realignement which, whilst not strictly necessary, often allows a more dynamic movement.

The Chûmoku position

We have seen the steps, let us now examine the position of the feet before and after taking these steps.

The angle between the feet is called Chûmoku. The diagram opposite shows that the rear foot makes an angle little less.than 90 degrees with the front foot, which should point towards the opponent or the target. The ideal angle is 88 degrees, but since everyone's build is different, it may be anywhere between 88 and 45 degrees. Beyond 88

Cette position est naturelle et peut absorber les chocs les plus importants. Dans le cas où la cheville seule pivote, l'articulation du genou se trouve hors de l'alignement et perd beaucoup de sa résistance. Lors d'un stress violent, cette différence d'alignement peut résulter en lésions plus ou moins graves.

Finalement, en ce qui concerne la position des pieds dans le domaine des disciplines classiques en général, et du Jodô en particulier, il faut retenir une chose primordiale : l'angle et l'écartement des pieds doivent avant tout vous assurer le meilleur équilibre possible. Il faut donc tendre à avoir une position naturelle qui permet de se mouvoir avec rapidité et efficacité.

Restreindre la liberté de mouvement d'un Shûgyôsha en imposant une loi rigide et précise en ce qui concerne la position des pieds est une erreur. La genre du terrain sur lequel vous évoluez vous dictera naturellement votre position. L'herbe humide ou les irrégularités du sol auront tôt fait d'assouplir les obsédés de l'esthétique.

Otake Risuke, Maître d'armes de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû, éxécutant un mouvement de Iaijutsu, les pieds en position Chûmoku.

degrees, the second foot loses a lot of its ability to thrust and becomes more like a ball and chain. The final determining factor here will reside in the correct hip position necessary to obtain maximum efficiency.

It is important to note the following morphological point. When the position changes, it is not only the foot which must pivot, but the whole leg, right up to the hip-joint. This position is natural and very solid. If only the ankle pivots, the knee-joint is misaligned and loses much of its strength. This misalignement may result in more or less serious injuries if the knee is subject to substantial strain.

Finally, as far as the positioning of the feet in the field of classical disciplines in general – and of Jodô in particular – is concerned, one important point must be remembered : the angle and spacing of the feet should ensure the best balance possible. A natural position permitting rapid and efficient movements should therefore be sought. It is an error to restrict a Shûgyôsha's freedom of movement by imposing a rigorous and inflexible rule regulating the positioning of the feet. The nature of the terrain will automatically dictate your position. Damp grass or uneven ground will be the best teachers of this principle.

Otake Risuke, Master Teacher of Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû, executing a Iaijutsu technique with the feet in Chûmoku position.

Kyûsho – les points vitaux

Toute technique émanant d'un art de combat est conçue pour l'attaque d'un point vital. En ce qui concerne le bâton, ces points vitaux sont d'autant plus importants qu'une arme en bois est rarement efficace sur les parties du corps qui ne recèlent pas de points vitaux. Dans le cas d'autodéfense, ou dans une situation où vous auriez à venir en aide à une personne agressée, la connaissance de ces points vitaux peut se révéler très utile.

Dans le cadre de l'entraînement, le Jo, en général, et le corps, plus rarement, entrent en contact avec ces points vitaux à maintes reprises. Le Shûgyôsha doit apprendre très tôt à doser ses attaques de façon à ne pas causer de dommages physiques (fractures, hématomes graves, hémorragies internes, etc.). Si, en Bujutsu, l'attaque des points vitaux a pour but principal d'éliminer l'ennemi ou de le mettre hors d'état de nuire, en Budô, ces contacts directs avec les points vitaux ont plutôt pour but : 1) de briser la concentration de l'adversaire, 2) de le déséquilibrer, et 3) de diminuer son taux d'agressivité.

La liste ci-après décrit les principaux points vitaux de Shindô Musô Ryû. Certains de ces points vitaux sont trop délicats pour entrer en contact avec le Jo : Tentô, Uto, Kasumi, Kinteki. D'autres ne peuvent être touchés que légèrement : Inazuma, Mukôzune, Kurobushi et Kôri. En ce qui concerne les points vitaux suivants : Kote et Hiji, le Jo peut être appliqué avec un peu plus de dynamisme, mais avec un dosage très précis de façon à ne pas provoquer d'hématomes. Seul Suigetsu représente une cible où le Jo peut être utilisé un peu plus vigoureusement (environ 20% de la force réelle qui serait utilisée en combat). Ce dernier point vital, par contre, requiert une grande précision car il avoisine des organes sensibles (Inazuma) et des parties osseuses. De plus, dans le cas d'*une* Shûgyôsha, il faut prendre garde à ne pas toucher la poitrine.

Kyûsho – The vital points

The purpose of every technique inherent to the art of combat is to attack a vital point. In the case of the stick, these points assume an even greater importance since a wooden weapon is seldom efficient if aimed at non-vital parts of the body. The recognition of these vital points can be very useful for self-defence, or if coming to the aid of someone being assaulted.

During training, the Jo – in general – and the body – more rarely – strike at these vital points many times. The Shûgyôsha must learn early on to moderate his blows so as not to cause serious injury (fractures, severe bruising, internal haemorrhageing, etc.). In Bujutsu, the vital points are attacked with the intention of disabling the enemy, or of disarming him ; in Budô, however, the vital points are attacked to 1) break the opponent's concentration, 2) throw him off balance, and 3) curb his aggressivity.

The list below describes the main vital points in Shindô Musô Ryû. Some of these points are too delicate to make actual contact with the Jo : Tentô, Uto, Kasumi, Kinteki. Others may be hit only very lightly : Inazuma, Mukôzune, Kurobushi, Kôri. Kote and Hiji may be struck lightly and in a controlled manner to avoid bruising. Suigetsu is the only target against which the Jo may be applied with a bit more power (about 20% of the force which would be used in combat). This point, however, demands accurate aiming because it is close to delicate organs (Inazuma) and to bony parts. Furthermore, when facing a *female* Shûgyôsha, care should be taken to avoid hitting the breasts.

The force employed should also be governed by whether one is practising a series of Kata or rehearsing a particular

Le dosage des coups portés aux points vitaux doit également être différent selon que l'on travaille une série de Kata ou une technique déterminée de façon répétitive. Dans le premier cas, le contact se fait sporadiquement sur divers points vitaux tandis que, dans le deuxième cas, le même point vital est touché répétitivement. Dans ce dernier cas, prenez soin de réduire encore le dosage.

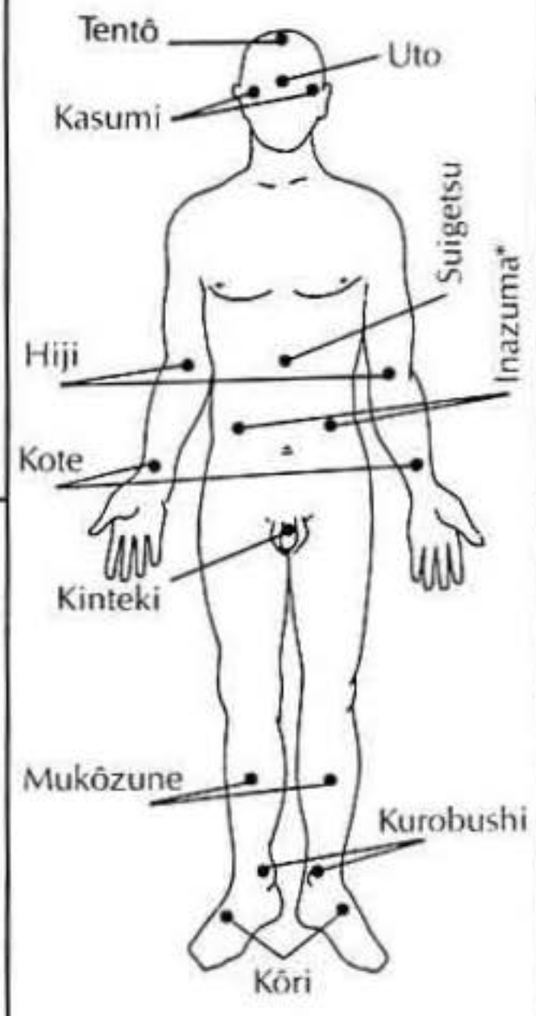
Liste des points vitaux se référant au schéma ci-contre :

Tentô : l'avant du crâne.
Uto : exactement entre les deux yeux.
Kasumi : les tempes, à la hauteur des yeux.
Suigetsu : le plexus solaire.
Inazuma* : sur les côtés (foie et rate), à la hauteur du nombril.
Hiji : les coudes.
Kote : les poignets.
Kinteki : les testicules.
Mukôzune : le côté intérieur du tibia.
Kurobushi : les chevilles.
Kôri : les parties supérieures du pied.

Il faut également être conscient que de tous ces Kyûsho, les plus importants se situent sur la ligne centrale du corps : Tentô, Uto, Suigetsu, Kinteki. Shindô Musô Ryû et d'autres Ryû (Katori Shintô Ryû, par exemple) affirment que toute action sur cette ligne a pour effet immédiat de stopper net n'importe quelle attaque de l'adversaire, alors qu'il en va différemment pour les autres points vitaux qui, s'ils sont atteints, même sérieusement, n'empêcheront pas une attaque de se terminer.

* Inazuma est un point vital que peu de muscles protègent et qui est fréquemment visé par les techniques de toutes les séries de Shindô Musô Ryû. Me Draeger a toujours encouragé vivement les Shûgyôsha à une grande prudence lors des contacts avec Inazuma. Des années d'entraînement sans précautions peuvent avoir des conséquences graves.

KYÛSHO – LES POINTS VITAUX



technique. In the first case, various vital points are hit sporadically. In the second case, the same vital point is hit repeatedly : therefore, in this last case, be careful to limit the force generally used.

List of vital points shown in the illustration :

Tentô : the crown of the head.
Uto : right between the eyes.
Kasumi : the temples, at eye-level.
Suigetsu : the solar plexus.
Inazuma* : on the sides (liver and gall-bladder) at the level of the navel.
Hiji : the elbows.
Kote : the wrists.
Kinteki : the testicles.
Mukôzune : the inner side of the tibia.
Kurobushi : the ankles.
Kôri : the top of the feet.

It should also be borne in mind that the most important of these Kyûsho lie on the centre-line of the body : Tentô, Uto, Suigetsu, Kinteki. Shindô Musô Ryû, as well as other Ryû (Katori Shintô Ryû, for example) claim that any action against this line will immediately stop the opponent dead in his tracks. Striking the other vital points, on the other hand, will not produce the same effect, and it will not stop the opponent from carrying through his attack.

* Inazuma is a vital point which is protected by a few muscles only and is targeted in many techniques of all the series of Shindô Musô Ryû. Draeger Sensei always urged the greatest caution in hitting this vital point. Careless training may result, after a number of years, in serious liver problems.

KYÛSHO – THE VITAL POINTS

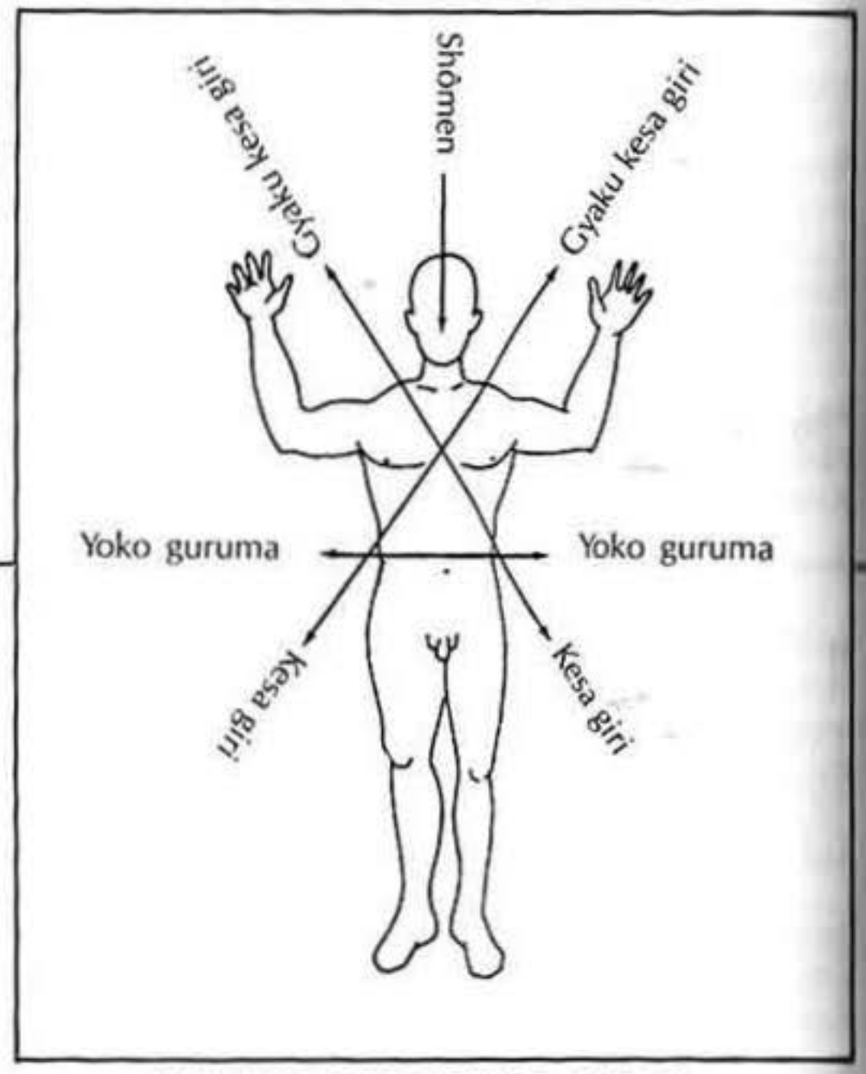
Angles de coupe et de frappe

Les angles indiqués dans le schéma ci-contre sont valables pour le Bokken et le Jo. Bien qu'il y ait plusieurs angles entre, par exemple, les 45 degrés de Kesa giri et les 90 degrés de Yoko guruma, Shindô Musô Ryû se contente des angles de base décrits ci-contre. *Veillez à ne pas confondre angles et cibles. On peut appliquer tout angle de coupe ou de frappe à n'importe quelle partie du corps et à n'importe quelle hauteur.* Effectuez toutes ces attaques à une distance telle que seul le *Monouchi* (les derniers 20 cm du sabre ou du bâton) pénètre ou frappe la cible.

Le Tsuki (coup d'estoc), non mentionné dans le schéma, se porte directement dans l'angle où se trouve l'arme.

Shômen: droit de haut en bas.
Kesa giri: diagonalement de haut en bas.
Gyaku kesa giri: diagonalement de bas en haut.
Yoko guruma: horizontalement de gauche à droite et inversément.

ANGLES DE COUPE ET DE FRAPPE



Cutting and striking angles

They are used for both the Bokken and the Jo. There are several angles between, for example, the 45 degrees of Kesa giri and the 90 degrees of Yoko guruma. However, Shindô Musô Ryû makes use of only the basic angles given in the diagram opposite. *Do not confuse angle with target. Any cutting or striking angle can be directed at all parts of the body and at any height.* Execute these movements in a way that only the *Monouchi* (the last 20 cm of the blade or the stick) cuts or strikes the target.

The Tsuki (thrust) — not given in the diagram — is delivered at the same angle as that of the weapon.

CUTTING AND STRIKING ANGLES

Shômen: straight from top to bottom.
Kesa giri: diagonally from top to bottom.
Gyaku kesa giri: diagonally from bottom to top.
Yoko guruma: horizontally from left to right and *vice versa*.

Comment lire les pages techniques ci-après

1. Le nom du Kihon figure verticalement en caractères romains à gauche, et en caractères japonais à droite.

2. Le sens de ce nom est indiqué chaque fois, tout comme la hauteur du niveau où la technique se termine, l'angle de frappe, la sorte de Kiai et le genre de pas.

3. Pour la plupart des Kihon, des points-clé ont été sélectionnés.

4. Tous les Kihon sont accompagnés d'un texte explicatif détaillé avec références aux points-clé (A, B, etc.) et aux illustrations (1, 2, etc.)

5. Les ordres figurent sous les illustrations au moment où ils sont émis. L'illustration suivante montre l'ordre exécuté.

6. La plupart des illustrations comportent des flèches. Elles indiquent ce que l'arme, la main ou le pied «VA» faire. L'illustration suivante vous montre le mouvement effectué en vous indiquant déjà les flèches pour le prochain mouvement.

7. Pour les détails concernant les Kamae, la façon de tourner à droite * (pour les Kihon tandoku) ou de changer de place ** (pour les Kihon sôtai), veuillez vous référer au chapitre 2.

---

* Maware migi !
** Ichi kôtai !

How to read the following technical pages

1. The name of the Kihon appears vertically in Roman script on the left and in Japanese characters on the right.

2. The meaning of the name is given each time, along with the level at which the technique ends, the angle of strike, the sort of Kiai and the type of step.

3. Key-points have been selected for most Kihon.

4. A detailed explanatory text is given with each Kihon, with references to the key-points (A, B, etc.) and to the figures (1, 2, etc.).

5. The commands appear under the illustrations at the time

6. Most illustrations carry arrows ; they indicate the movement the weapon, the foot or the arm "IS ABOUT TO"make. The next illustration shows the completed movement and carries the arrows for the next motion.

7. For details regarding the Kamae, the way to turn around * (for the Kihon tandoku) or to change place ** (for the Kihon sôtai) please go back to chapter 2.

kihon tandoku

Seul ou à deux

Il existe deux façons de pratiquer les Kihon :

1. Seul. Ce sont les Kihon tandoku.
2. Avec un adversaire muni d'un Bokken. Ce sont les Kihon sôtai.

Dans les pages qui suivent, ces deux manières sont illustrées avec force détails. Voici quelques indications spécifiques aux Kihon tandoku. Les indications concernant les Kihon sôtai vous sont données à la page 205.

Kihon tandoku

Lors de cette série individuelle, soyez particulièrement attentif aux divers points-clé. Respectez le nombre de pas correct et efforcez-vous de travailler d'une manière simple en excluant tout mouvement superflu du corps ou de l'arme, comme les appels ou prises d'élan avant chaque mouvement. Effectuez chaque Kihon comme si c'était le premier et le dernier de votre existence, le détachant ainsi complètement du précédent. Mettez un accent particulier sur la posture (Shisei).

Inspirez-vous de cette remarque de Me Shimizu, 9e Dan, à l'âge de 81 ans, après plus de 60 ans de Jo : «J'aimerais bien, avant de mourir, ressentir mon Honte uchi gauche comme je ressens celui de droite.» Il y a toujours possibilité d'amélioration.

Single or in pairs

There are two ways of practising Kihon :

1. Alone – the Kihon tandoku.
2. With an opponent armed with a Bokken – the Kihon sôtai.

These two ways are illustrated in great detail in the pages that follow. Here are a few hints specific to the Kihon tandoku. Those that concern the Kihon sôtai are given on page 205.

Kihon tandoku

When practising each individual Kihon, take care to note the various key-points. Respect the right number of steps and avoid superfluous gestures of the body or weapon (anticipation or arming of movements). Give particular attention to your body posture (Shisei). Carry out each Kihon as if it were the first and last of your life, thus detaching it from the preceding and following ones.

Shimizu Sensei's (9th Dan) remark, at the age of 81, after practising Jo for more than sixty years, may provide inspiration: "Before I die, I would like to feel my left Honte uchi as well as I do my right." Improvement is always possible!

honte uchi

Honte ni kamae ! **Honte uchi, Yôi !** **Hajime !**

Sens : *Hon* : base ; *Te* : main ; *Uchi* : coup. Coup avec la main en position de base.

Niveau : Votre niveau *Uto*. (Voir page 173.)

Angle : *Shômen*. (Voir page 174.)

Kiai : Eéit ! (Voir page 92.)

Pas : *Ayumi ashi*. (Voir page 168.)

Vous êtes en Tsune no kamae (1). Prenez Honte no kamae (2 et 3). Une fois ce Kamae assuré, déplacez le pouce de la main gauche contre votre index (point-clé A), et tirez simultanément le Jo vers l'arrière tout en le gardant pointé dans la direction initiale (4). Lorsque l'extrémité avant se trouve au milieu de la paume de la main droite, et que la main gauche aura contourné l'extrémité arrière (B), à ce moment-là seulement, lancez le Jo dans un angle Shômen en l'accompagnant de la jambe gauche et des hanches, la main avant faisant office de pivot (5). Le Jo s'arrête à votre niveau Uto (C) en même temps que le Kiai est émis. Vérifiez à ce moment que l'espace entre les mains soit correct (D) que les intersections des pouces et des index soient alignées (E), et que la main qui se trouve près du corps soit distante de ce dernier d'environ 20 cm (F). Répétez l'exercice à droite (6 et 7), puis à gauche, et ainsi de suite. Quand l'ordre «Yame !» retentit, attendez l'ordre «Motoe !» pour vous remettre en Tsune no kamae (1 et 9). «Maware migi !» est le signal qui vous invite à vous retourner sur votre droite. Vous êtes prêt pour le Kihon suivant.

Meaning : *Hon* : basic, normal ; *Te* : hand ; *Uchi* : strike. Striking with the hand in a basic position.

Level : Your *Uto* level (see page 173).

Angle : *Shômen* (see page 174).

Kiai : Eéit ! (see page 92).

Step : *Ayumi ashi* (see page 168).

You are in Tsune no kamae (1). Assume Honte no kamae (2 and 3). Unlock your grip by moving your left thumb next to your forefinger (key-point A), and simultaneously pull back the Jo keeping it pointed in the original direction (4). When the top end reaches the middle of the palm of the right hand and the left hand has moved round the back (B), only then swing the Jo through a Shômen angle, bringing the left leg and the hips round at the same time, and using the front hand as a pivot (5). The Jo stops at your Uto level (C) at the same time that the Kiai is emitted. Check that the distance between the hands is correct (D), that the intersections between the thumbs and forefingers are lined up (E), and that there is now about 20 cm between the body and the closest hand (F). Repeat the movement on the right (6 and 7), then on the left again, and so on. When the "Yame !" command is given, wait for the "Motoe !" command, then return to Tsune no kamae (1 and 9). "Maware migi !" is the signal for an "about face". You are ready for the next Kihon.

est émis. Vérifiez
ns soit correct (D)
index soient ali-
près du corps soit
1). Répétez l'exer-
si de suite. Quand
e «Motoe !» pour
«Maware migi !»
r sur votre droite.

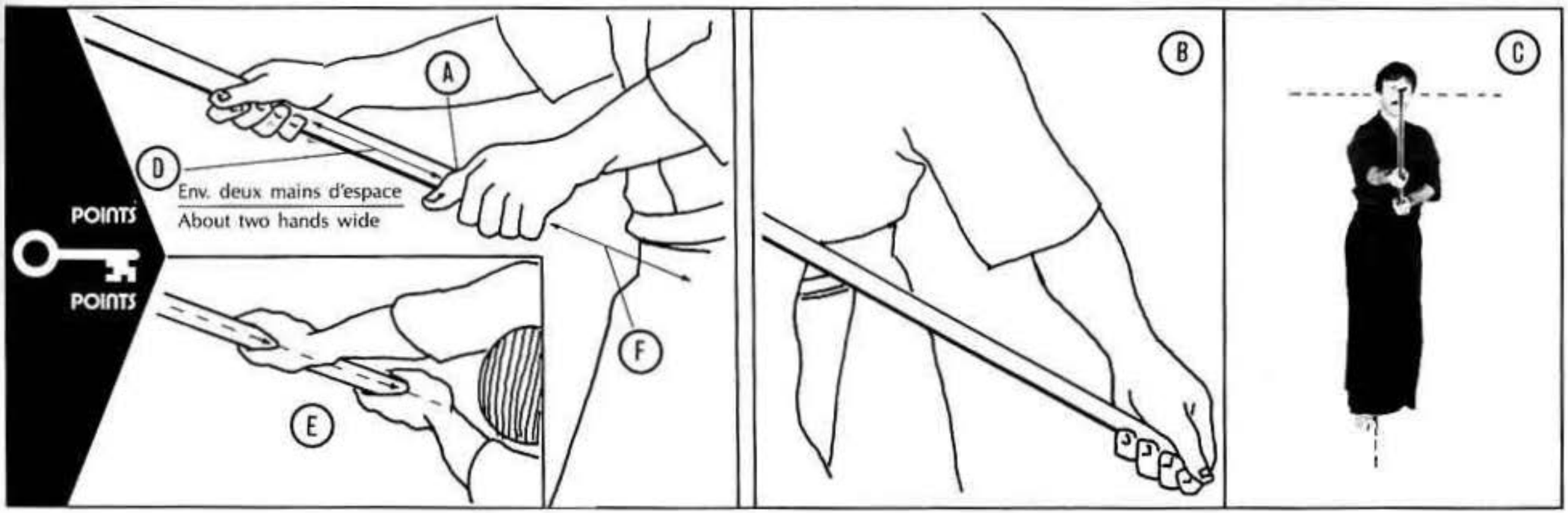
(D), that the inter-
gers are lined up
etween the body
ment on the right
so on. When the
"Motoe !" com-
and 9), "Maware
You are ready for

Et ainsi de suite/and so on

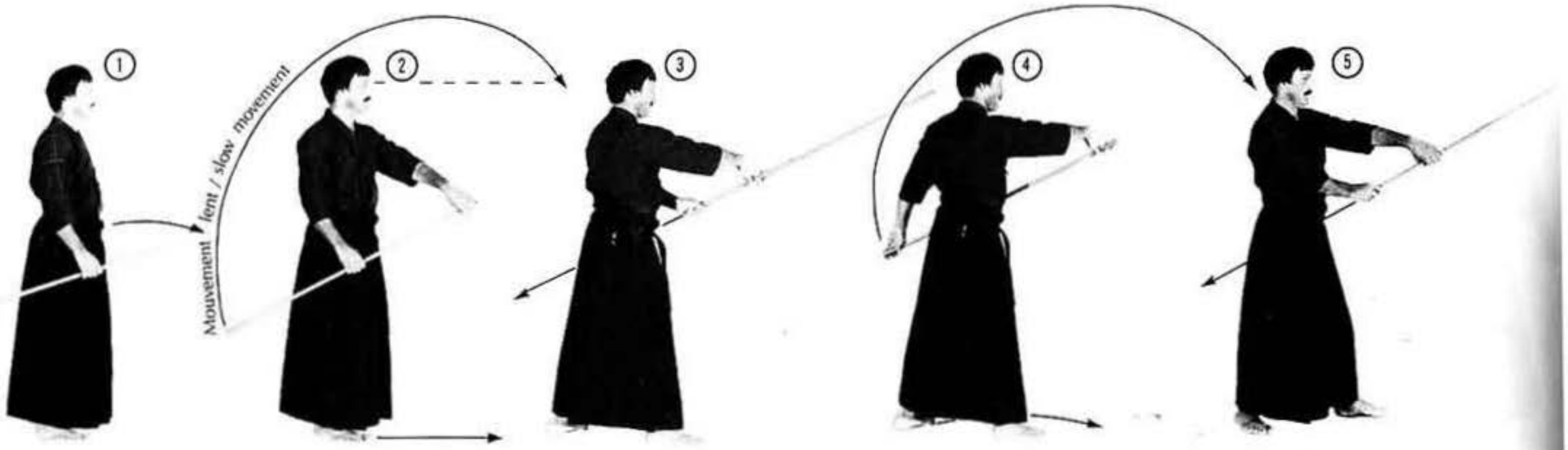
本手打

Yame, Motoe !

Maware migi ! (Voir/see page 152)



gyakute uchi



Gyakute ni kamae ! **Gyakute uchi, Yôi !** **Hajime !**

Sens : *Gyaku* : envers, contraire ; *Te* : main ; *Uchi* : coup. Frapper avec la main en position renversée.

Niveau : Votre niveau *Uto*.

Angle : *Shômen*.

Kiai : Eéit !

Pas : *Ayumi ashi*.

Vous êtes en Tsune no kamae (1). Prenez l'extrémité du Jo avec votre main gauche retournée alors que vos pieds sont encore joints (2). Placez ensuite lentement l'extrémité du Jo sur l'avant avec un grand mouvement du bras droit dont le poignet se retrouvera au-dessus du Jo (3). Tirez le Jo vers l'arrière tout en le gardant pointé dans la direction initiale mais sans changer le pouce de position comme vous l'avez fait pour Honte uchi (4). Lancez ensuite le Jo dans un angle Shômen en avançant la jambe gauche, la main avant faisant office de pivot. La pointe du Jo s'arrête au niveau Uto (A) en même temps que le Kiai est émis (5). Vérifiez à ce moment-là que l'espace entre vos mains soit correct (B), et votre poignet gauche bien au-dessus du Jo et non à côté (C). Vérifiez encore l'espace entre la main arrière et le corps (env. 20 cm). Répétez l'exercice à droite (6 et 7), puis encore à gauche et ainsi de suite. A l'ordre «Yame !», attendez l'ordre «Motoe !» pour retourner votre main avant dans la position Honte (8) avant de vous remettre en Tsune no kamae (10). Attendez le «Maware migi !» pour vous retourner. Vous êtes prêt pour le Kihon suivant.

Meaning : *Gyaku* : opposite, reverse ; *Te* : hand ; *Uchi* : strike. Striking with the hand in the reverse position.

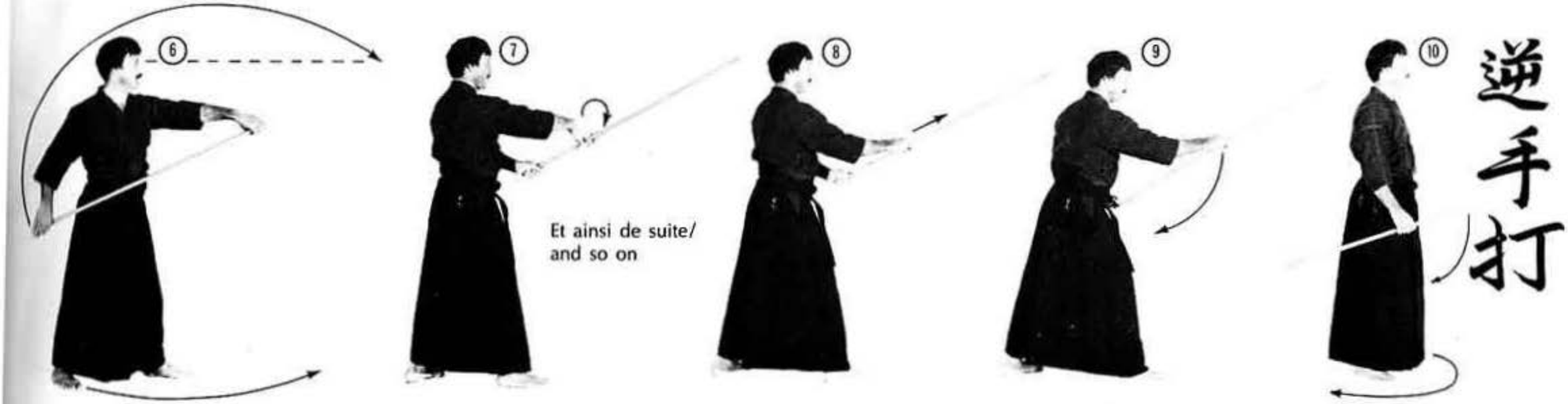
Level : Your *Uto* level.

Angle : *Shômen*.

Kiai : Eéit !

Step : *Ayumi ashi*.

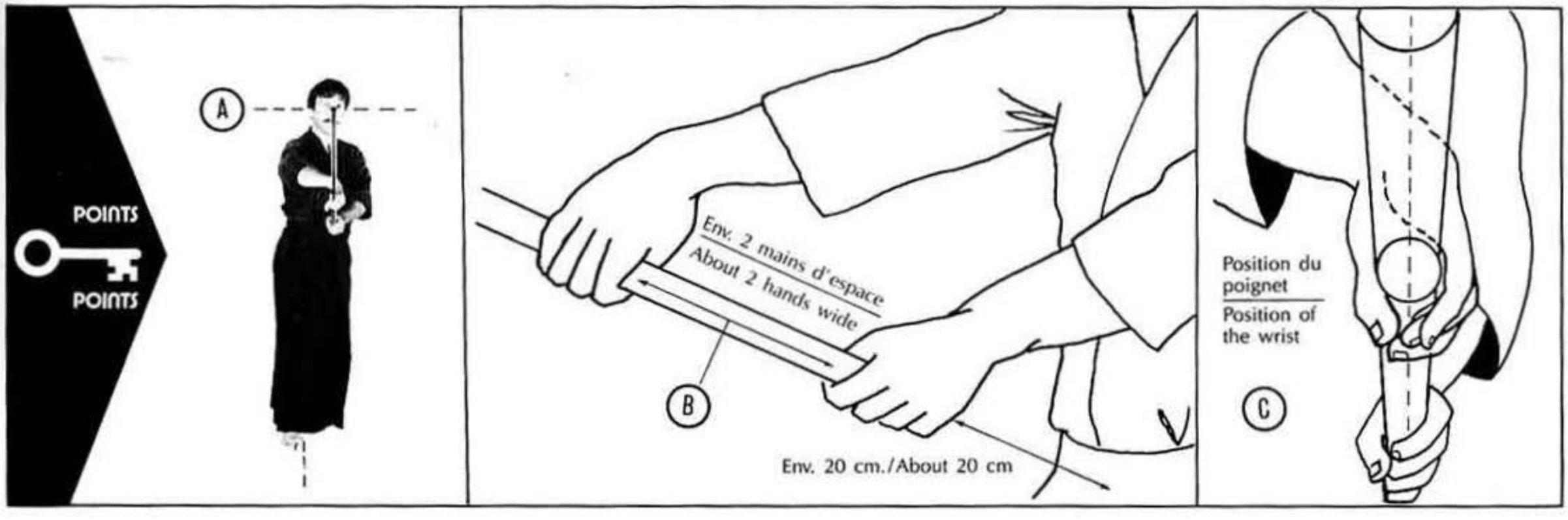
You are in Tsune no kamae (1). Grasp the end of the Jo with the left hand in reverse position, keeping the feet together (2). Then slowly bring round the rear end of the Jo to the front by swinging it over your right shoulder in a large arc, with the wrist ending up over the Jo (3). Pull back the Jo keeping it pointed in the original direction, and without shifting the left thumb as for Honte uchi (4). Then swing the Jo through a Shômen angle, bringing the left leg round at the same time, using the front hand as a pivot. The Jo stops at your Uto level (A) at the same time that the Kiai is emitted (5). Check the distance between the hands (B) and the position of the wrist (C). Check also the distance between the rear hand and the body which is about 20 cm., and repeat the movement on the right (6 and 7), then on the left, and so on. When the "Yame !" command is given, wait until the command "Motoe !" is given, then change the front hand position which is in Gyakute, to the Honte position (8) before returning to Tsune no kamae (10). Wait for the command "Maware migi !" before turning around. You are now ready for the next Kihon.



Yame !

Motoe !

Maware migi !



hiki otoshi uchi

Hiki otoshi ni kamae !

Hiki otoshi uchi, Hajime !

Sens : *Hiki* : retirer ; *Otoshi* : faire tomber ; *Uchi* : coup.
Retirer le Jo et frapper pour faire tomber.

Niveau : Votre niveau *Uto*.

Angle : *Shômen*.

Kiai : Eéit !

Pas : *Ayumi ashi*.

Vous êtes en Tsune no kamae (1). Mettez le Jo dans la position horizontale et avancez le pied gauche en position Hanmi en saisissant l'extrémité avant du Jo avec la main gauche (2). Montez ensuite cette main contre votre poumon gauche (3) (A), les doigts pointés vers le haut et très souples (B). Puis retournez votre main droite (4) en gardant le bras naturellement tendu (C). Lancez maintenant le Jo dans un angle Shômen en avançant le pied droit (5). La pointe du Jo s'arrête à votre niveau Uto. Après un Kime, faites glisser le Jo vers l'arrière comme dans Honte uchi (6), puis en contournant l'extrémité avant du Jo avec la main droite, placez le dos de cette dernière contre votre poumon droit (7). Répétez le mouvement à gauche (8), puis à droite et ainsi de suite. A l'ordre «Yame !», procédez de même que pour Honte uchi, ou, si vous avez le pied gauche en avant, procédez comme indiqué ci-contre (9 à 11). La manipulation du Jo dans ce Kihon peut paraître assez compliquée de prime abord, mais ce n'est qu'un exercice de dextérité qui s'acquiert rapidement. Lorsque le Jo est dans la même position que Honte uchi, observez-en les mêmes points-clé.

Meaning : *Hiki* : draw back ; *Otoshi* : drop down ; *Uchi* : strike. Draw the Jo back and strike down.

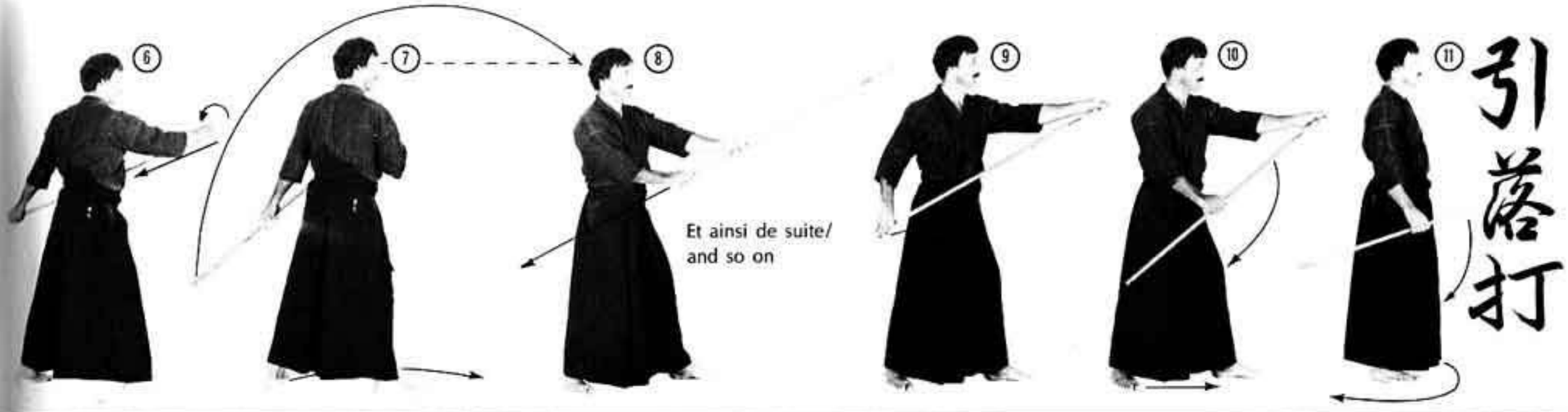
Level : Your *Uto* level.

Angle : *Shômen*.

Kiai : Eéit !

Step : *Ayumi ashi*.

You are in Tsune no kamae (1). Put the Jo in a horizontal position, move the left foot forward to a Hanmi position and grasp the end of the Jo with the left hand (2). Then bring this hand up towards the leading breast (A) (3), holding the Jo lightly with the fingers open and pointing upwards (B). Next, change your right hand grip to the Honte position (4), keeping the arm naturally outstretched (C). Then, swing the Jo in a Shômen angle, moving the right foot forward (5). The Jo stops at your Uto level. After a Kime, slide back the Jo (6), then, bypassing the end of the Jo with the right hand, place the back of that hand against the leading breast (7). Now repeat the movement on the left (8), then on the right, and so on. At the "Yame !" command, proceed as for Honte uchi, or, if the left foot is forward, as shown opposite (9 to 11). The handling of the Jo in this Kihon may seem complicated, but it is a question of dexterity and will be learned quickly. When the Jo is in the same position as in Honte uchi, observe the same key-points.

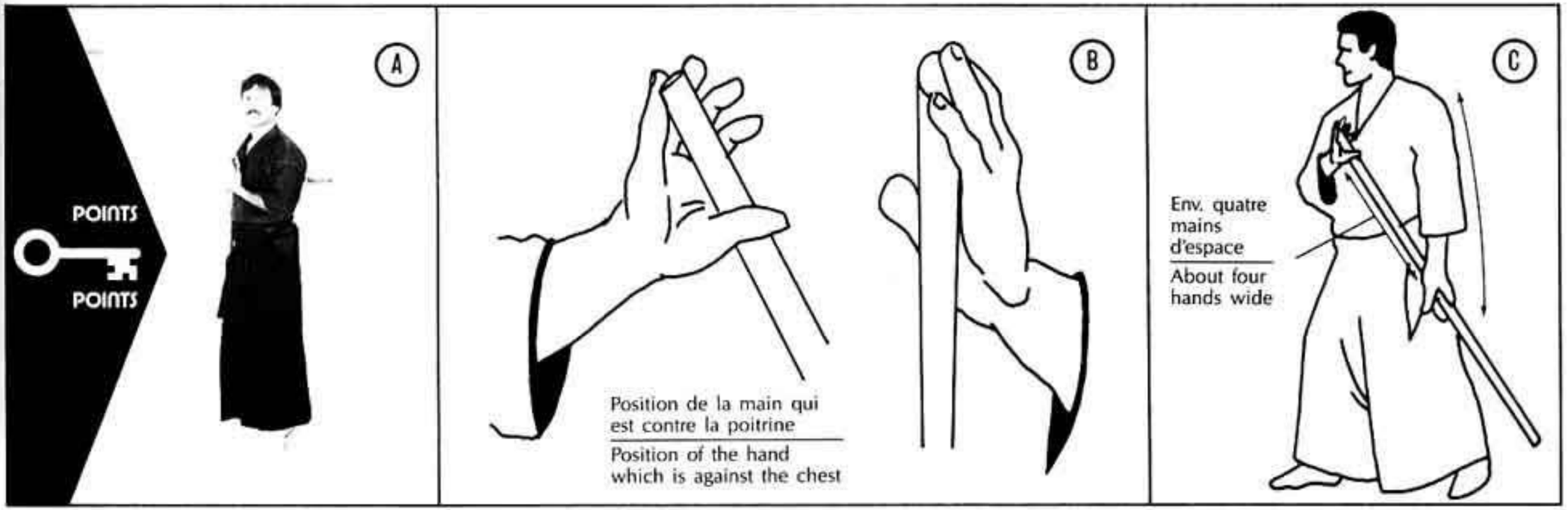


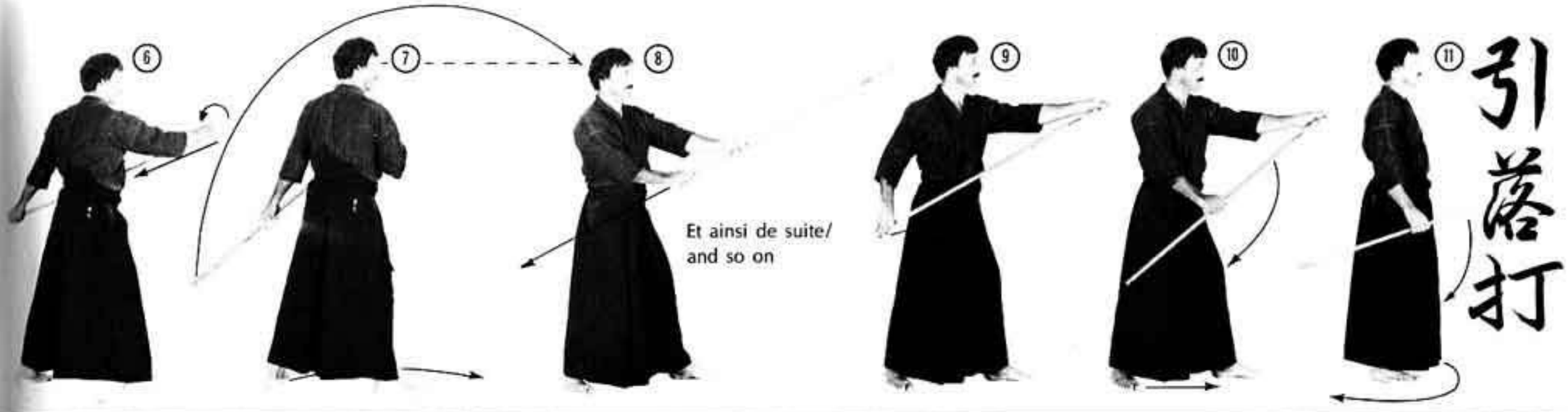
Yame, Motoe !

Maware migi !

...ntre votre poumon
...e (8), puis à droite
...dez de même que
...l gauche en avant,
... (11). La manipula-
...ssez compliquée
...ice de dextérité
...nt dans la même
...s mêmes points-

...nd of the Jo with
...l against the lead-
...t on the left (8),
...me !" command,
...t foot is forward,
...g of the Jo in this
...estion of dexteri-
...Jo is in the same
...ame key-points.



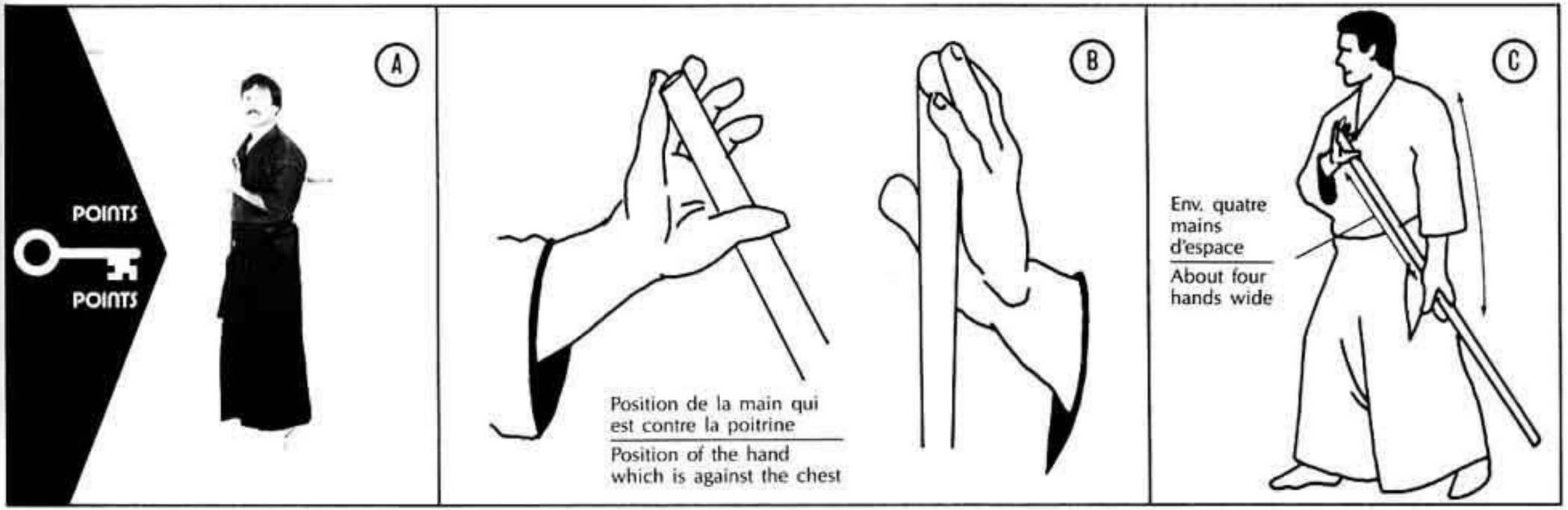


Yame, Motoe !

Maware migi !

...ntre votre poumon
...e (8), puis à droite
...dez de même que
...l gauche en avant,
... (11). La manipula-
...ssez compliquée
...ice de dextérité
...nt dans la même
...s mêmes points-

...nd of the Jo with
...l against the lead-
...t on the left (8),
...me !" command,
...t foot is forward,
...g of the Jo in this
...estion of dexteri-
...Jo is in the same
...ame key-points.

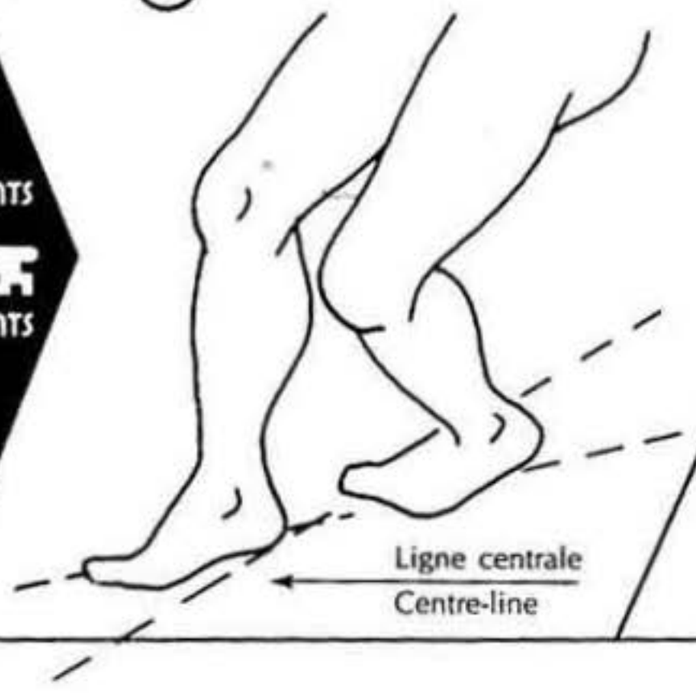


Et ainsi de suite/
and so on

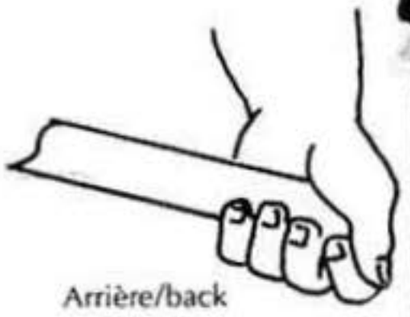
POINTS

POINTS

Position des pieds aux points 5 et 9
Position of the feet at points 5 and 9



Position des mains
aux points 5 et 9
Position of the hands
at points 5 and 9



gyakute tsuki

Honte ni kamae !

Gyakute tsuki, Yôi !

Hajime !

Sens : *Gyaku* : envers, contraire ; *Te* : main ; *Tsuki* : coup d'estoc.
Coup d'estoc avec la main en position renversée.

Niveaux : Votre *Suigetsu* et votre *Uto*.

Angles : Ligne centrale et *Shômen*.

Kiai : Hoot ! et Eéit !

Pas : *Ayumi ashi*.

Après la prise du Kamae (1 à 3), inversez les extrémités du Jo en glissant la main droite jusqu'au bout du Jo dans un mouvement circulaire au-dessus de la tête (A). Le pouce de la main gauche reste en place, mais les hanches et les pieds subissent une rotation identique à celle du Kihon précédent (B) et l'extrémité du Jo est pointée vers la cible (4). Faites ensuite glisser le Jo dans la main gauche en avançant le pied gauche jusqu'à ce que l'extrémité du Jo atteigne le niveau de votre plexus solaire (5). Après un Kime bien marqué, tirez le Jo vers l'arrière jusqu'à ce que l'extrémité se trouve au centre de votre main gauche, et ceci à nouveau au-dessus de la tête (6). Frappez maintenant dans un angle Shômen à la manière de Honte uchi (7). Répétez les mêmes gestes jusqu'au «Yame !», car ce Kihon ne s'effectue que d'un côté. Après l'ordre «Yame !», procédez de même que pour Honte uchi (8 et 9). Lors du Tsuki, soyez attentif aux points suivants : l'espace entre les mains (C), la hauteur de la main droite (D), et la position ferme de cette dernière (E).

Meaning : *Gyaku* : opposite, reverse ; *Te* : hand ; *Tsuki* : thrust. Thrusting with the hand in the reverse position.

Levels : Your *Suigetsu* and *Uto* levels.

Angles : Centre-line and *Shômen*.

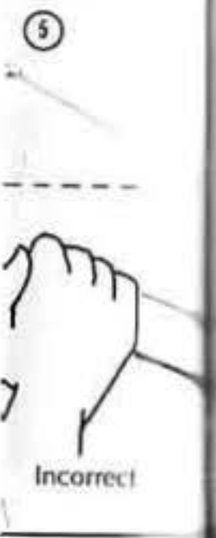
Kiai : Huut ! and Eéit !

Step : *Ayumi ashi*.

After assuming Kamae (1 to 3), turn the Jo around by sliding the right hand to the end of the stick in a circular movement over the head (A). The thumb of the right hand remains in position, but the feet and hips rotate as in the preceding Kihon (B) and the end of the Jo points towards the imaginary target (4). Then slide the Jo through the left hand and move the left foot forward until the end of the Jo reaches the level of your solar plexus (5). After a well marked Kime, pull back the Jo until the end reaches the centre of the left hand, once again above the head (6). Now strike through a Shômen angle as in Honte uchi (7). Repeat the same movement until the "Yame !" command is given, since this Kihon is carried out on one side only. When the "Yame !" command is given, proceed as for Honte uchi (8 and 9). Watch the following points in the Tsuki : the distance between the hands (C), the level (D) and a firm grip (E) of the right hand.

ci à nouveau
ans un angle
z les mêmes
effectue que
e même que
attentif aux
a hauteur de
dernière (E).

vement until
on is carried
command is
atch the fol-
en the hands
ight hand.

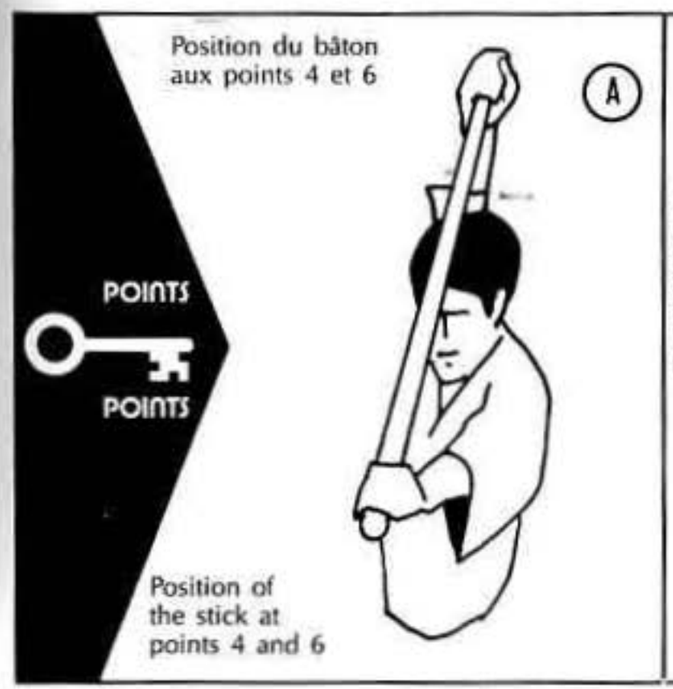


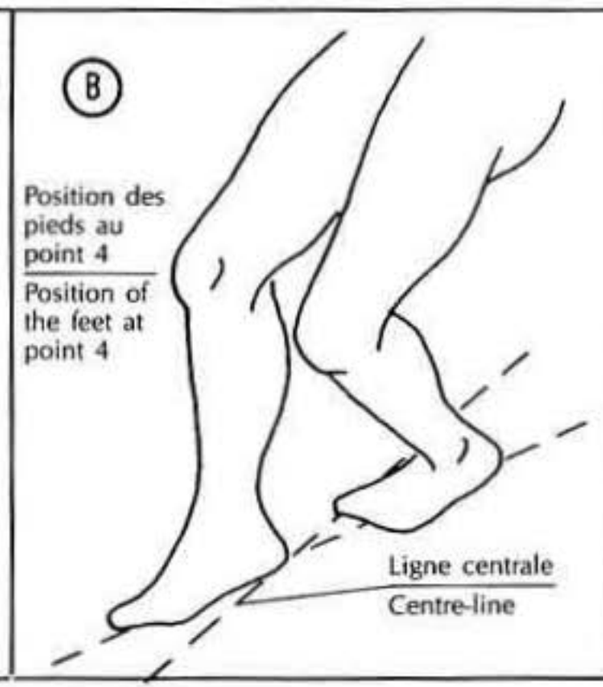
Et ainsi de suite/and so on

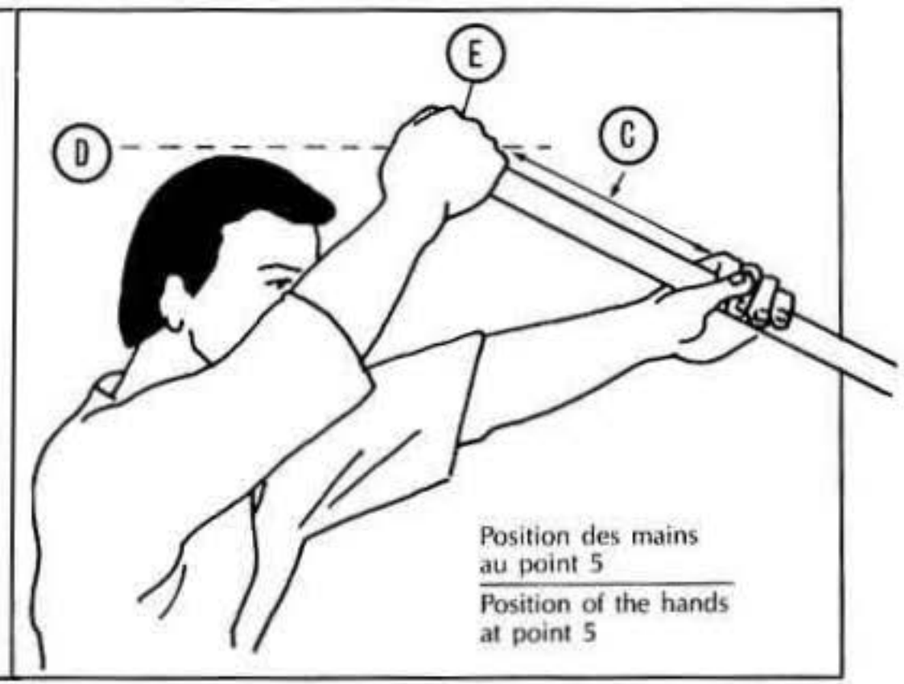
逆手突

Yame, Motoe !

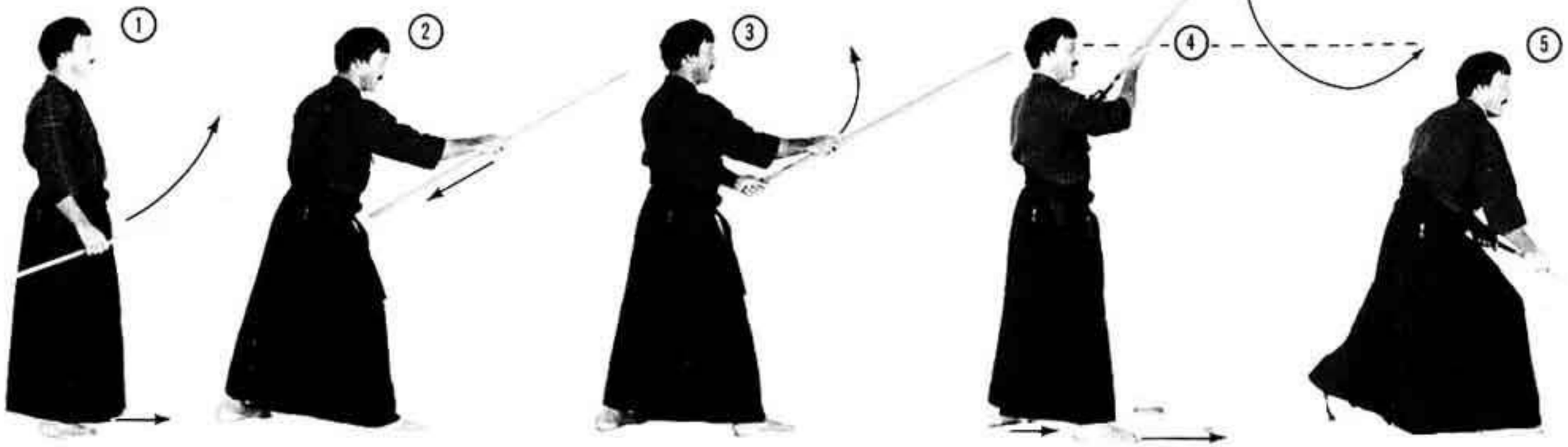
Maware migi !







maki otoshi



Honte ni kamae ! **Maki otoshi, Yôi !** **Hajime !**

Sens : *Maki* : envelopper ; *Otoshi* : faire tomber. Faire tomber d'un mouvement enveloppant.

Niveau : Contrôle à votre niveau *Uto*.

Angle : Spirale avec effet de coup de fouet contre le bas et à gauche de la ligne centrale.

Kiai : Eéit !

Pas : *Tsugi ashi*.

Après avoir pris Honte no kamae (1 à 3), pliez simultanément les deux bras (4) de façon à ce que votre main gauche soit à la hauteur de l'épaule et que la droite soit à la hauteur de la bouche (A), et que l'angle du Jo soit identique aux points-clé B et C. Soyez particulièrement attentif à ce que vos deux mains de trouvent du côté gauche de votre ligne centrale (D). Le point d'intersection du Jo et de la ligne centrale doit se trouver plus haut que votre tête (E). Effectuez maintenant un grand pas avec le pied droit suivi du gauche en Tsugi ashi. Simultanément faites décrire à la pointe du Jo une courbe en forme de spirale vers le bas et à gauche de la ligne centrale qui se termine à votre niveau Uto (5 et 6). Avant ce mouvement en spirale, tournez légèrement votre main droite de façon à pousser le Jo plutôt qu'à le tirer (F), et imprimez au Jo un mouvement en coup de fouet mais sans décalage entre les deux mains. Repliez à nouveau les bras et recommencez (7 à 9). Ce mouvement, pour le moment, ne s'effectue qu'à droite. A l'ordre «Yame !», procédez de même que pour le Kihon précédent (10 et 11).

Meaning : *Maki* : envelop, wrap ; *Otoshi* : drop down. To drop down with an enveloping movement.

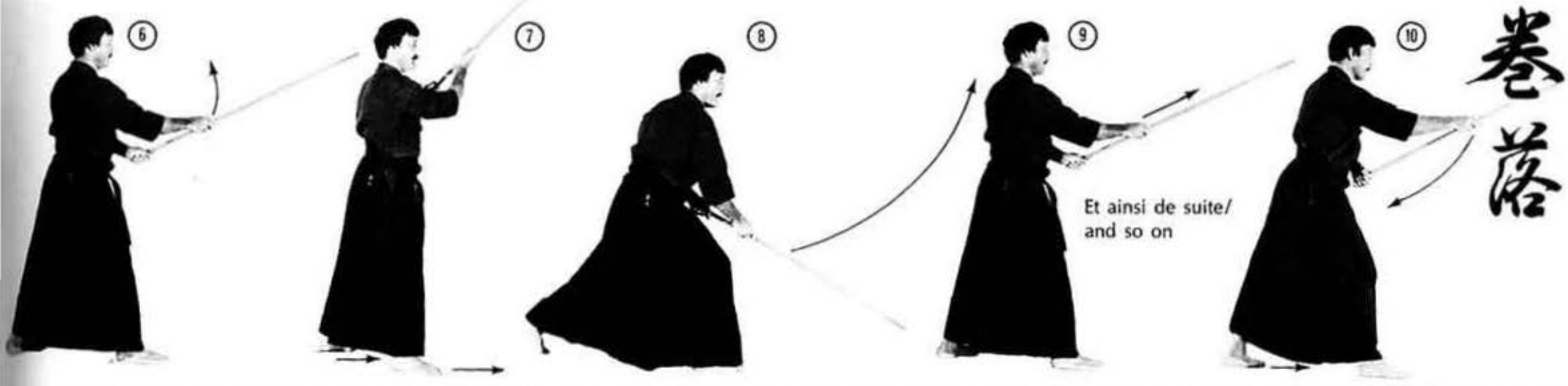
Level : Control at your *Uto* level.

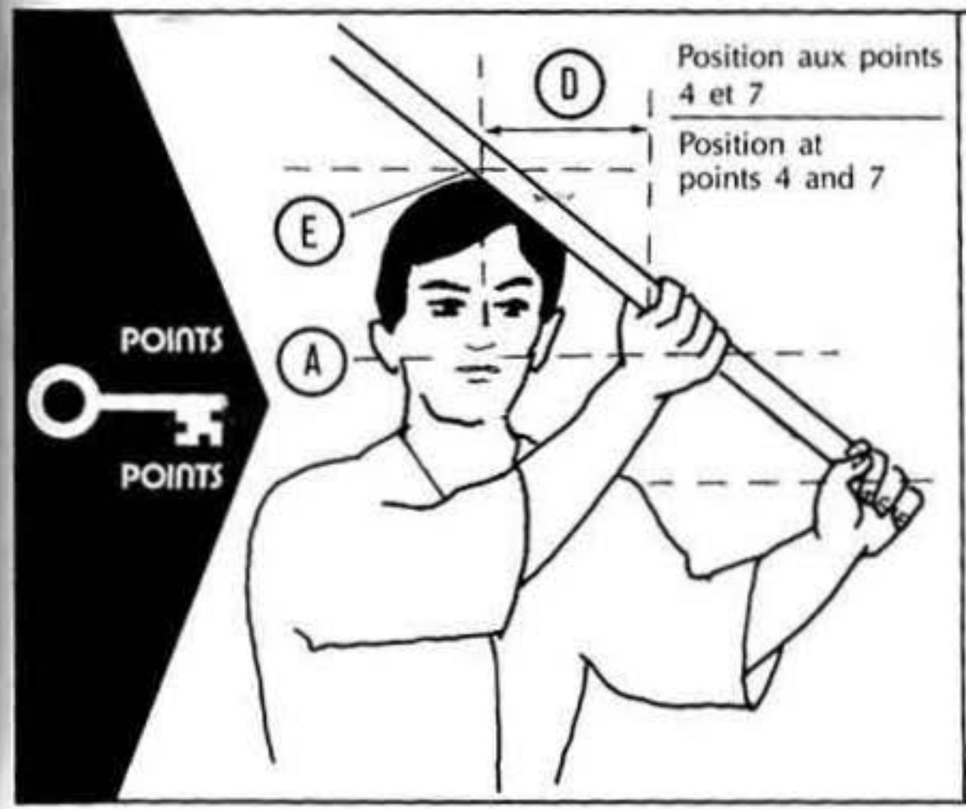
Angle : A sharp, downward, spiral-whipping movement on the left of the centre-line.

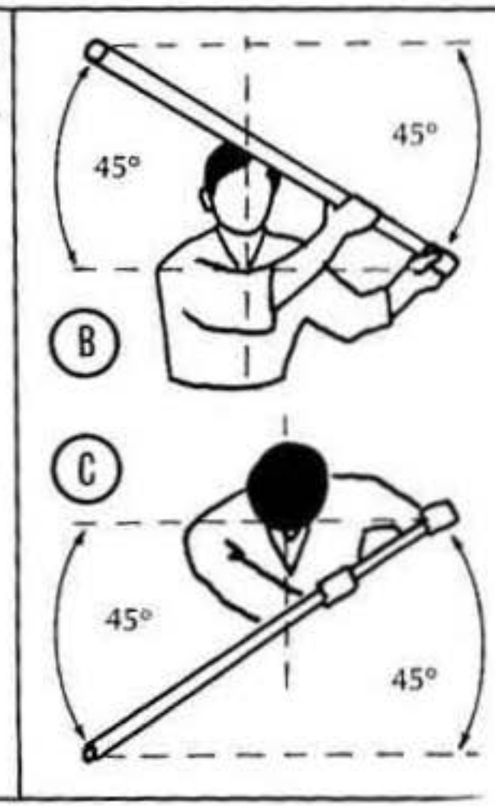
Kiai : Eéit !

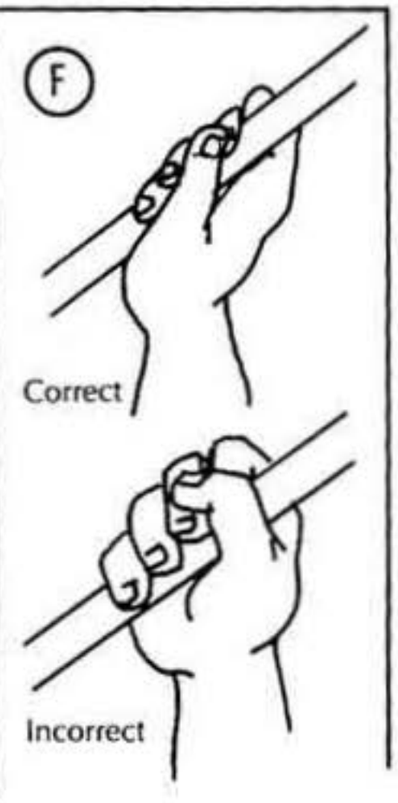
Step : *Tsugi ashi*.

After assuming Honte no kamae (1 to 3), simultaneously bend both arms (4) to bring the left hand up to the level of the shoulder and the right up to the level of the mouth (A), and so that the angle of the Jo is as shown in key-points B and C. Take particular care that both hands are to the left of your centre-line (D). The Jo and centre-line should intersect above the head (E). Now, take a big step forward with the right leg, followed by the left. Simultaneously, make a sharp, downward spiral-whipping movement on the left of the centre-line to end at your Uto level (5 and 6). Before making this sweep, turn the right hand slightly in order to push the Jo rather than pull it (F), and impart a whipping movement to the Jo, but without altering the position of the hands. Bend the arms and start again (7 and 8). For the moment, this movement is carried out on the right side only. When the "Yame !" command is given, proceed as for the previous Kihon (10 and 11).


6
7
8
9
10
巻落
Et ainsi de suite/
and so on


POINTS
POINTS
D
Position aux points
4 et 7
Position at
points 4 and 7
E
A

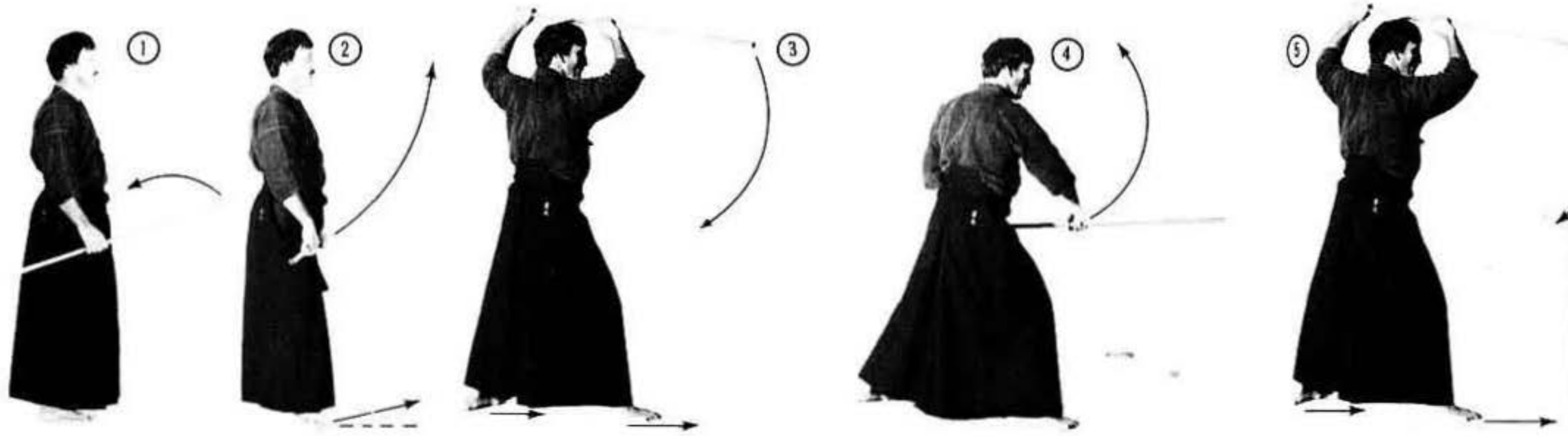

45°
45°
B
C
45°
45°


F
Correct
Incorrect

11

Maware migi !

kuri tsuke



Kuri tsuke, Yôi !

Hajime !

Sens : *Kuri* : guider ; *Tsuke* : plaquer, coller.
Guider et plaquer l'arme contre le corps.

Niveau : Horizontal au niveau de l'aine.

Angle : Courbe sèche sur la gauche et vers le bas.

Kiai : Eéit !

Pas : *Tsugi ashi*.

Vous êtes en Tsune no kamae (1). Déplacez latéralement votre pied gauche en même temps que l'extrémité du Jo vient rejoindre votre main gauche en travers du corps et horizontalement (A) (2). En déplaçant votre pied droit vers l'avant et légèrement à gauche de la ligne centrale (B) placez votre arme au-dessus de votre tête (3). Veillez aux proportions et à l'espace entre les mains décrits au point-clé C. L'extrémité avant du Jo est légèrement plus basse que l'autre, et votre poitrine et vos pieds sont parfaitement alignés sous le Jo (D). En avançant le pied droit suivi du pied gauche comme sur deux rails, rabattez énergiquement l'arme en une courbe assez sèche (4) de façon à ce que votre main gauche soit en contact avec votre aine gauche et que votre poignet droit soit bien recourbé (E). Depuis cette position, replacez le Jo au-dessus de votre tête et recommencez ce mouvement qui ne se fait, pour le moment, qu'à droite (5 et 6). A l'ordre «Yame !», mettez-vous en Gyakute no kamae (7), retournez votre main droite (8), et procédez comme pour le Kihon précédent.

Meaning : *Kuri* : guide ; *Tsuke* : stick, glue.
To guide and stick the weapon against the body.

Level : Horizontal at groin level.

Angle : Sharp downward spiral on the left.

Kiai : Eéit !

Step : *Tsugi ashi*.

You are in Tsune no kamae (1). Move the left foot sideways at the same time that the left hand grasps the end of the Jo held horizontally across the body (A) (2). Moving the right foot forward and slightly to the left of the centre-line (B), place your weapon above the head (3). Pay attention to the position of your hands in relation to your head as shown in key-point C. The forward end of the Jo is slightly lower than the rear, chest and feet perfectly aligned under the Jo (D). Moving the right foot forward followed by the left, parallel to the centre-line, powerfully bring the Jo down in a sharp, downward spiral movement (4) so that your left hand solidly contacts your left groin. The right wrist is bent so your fist is well turned inward (E). From this position, return the Jo above the head and again carry out the movement, which, for the moment, is done on the right side only (5 and 6). When the "Yame !" command is given, assume Gyakute no kamae (7), change the right hand grip to a Honte position (8), and proceed as for the previous Kihon.

Yame, Motoe !

Maware migi !

kuri hanashi

Kuri hanashi, Yôi !

Hajime !

Sens : *Kuri* : guider ; *Hanashi* : laisser aller, lâcher. Guider et laisser aller.

Niveau : Contrôle à votre niveau *Uto*.

Angle : Mouvement en spirale sur votre droite se terminant sur votre ligne centrale.

Kiai : Eéit !

Pas : *Tsugi ashi*.

Procédez de même que pour Kuri tsuke (1 à 3). En maintenant votre position du Jo et des mains, pivotez toute la partie supérieure du corps vers la droite en avançant lentement le pied droit (4). Le pied gauche suit au moment où vous projetez l'extrémité du Jo (qui était alors à votre droite) sur l'avant dans un mouvement circulaire passant par le haut. L' extrémité du Jo s'arrête à votre niveau Uto (5 et 6). Replacez, après un Kime, le Jo au-dessus de votre tête (7) et recommencez ce mouvement qui ne s'effectue, pour le moment, qu'à droite. A l'ordre «Yame!», procédez de même que pour Kuri tsuke (8 à 10). Ce mouvement est difficile de par la quantité de gestes à faire simultanément: le pas, le pivotement du corps et la projection du Jo avec le déplacement du pied arrière. Ne pivotez sur vos hanches qu'en avançant le pied droit (nous verrons pourquoi dans les Kihon sôtai). Les points-clé vous montrent cette technique sous un angle différent.

Meaning : *Kuri* : guide ; *Hanashi* : let go. To guide and let go.

Level : Your *Uto* level.

Angle : Upward circular movement on your right towards the centre-line.

Kiai : Eéit !

Step : *Tsugi ashi*.

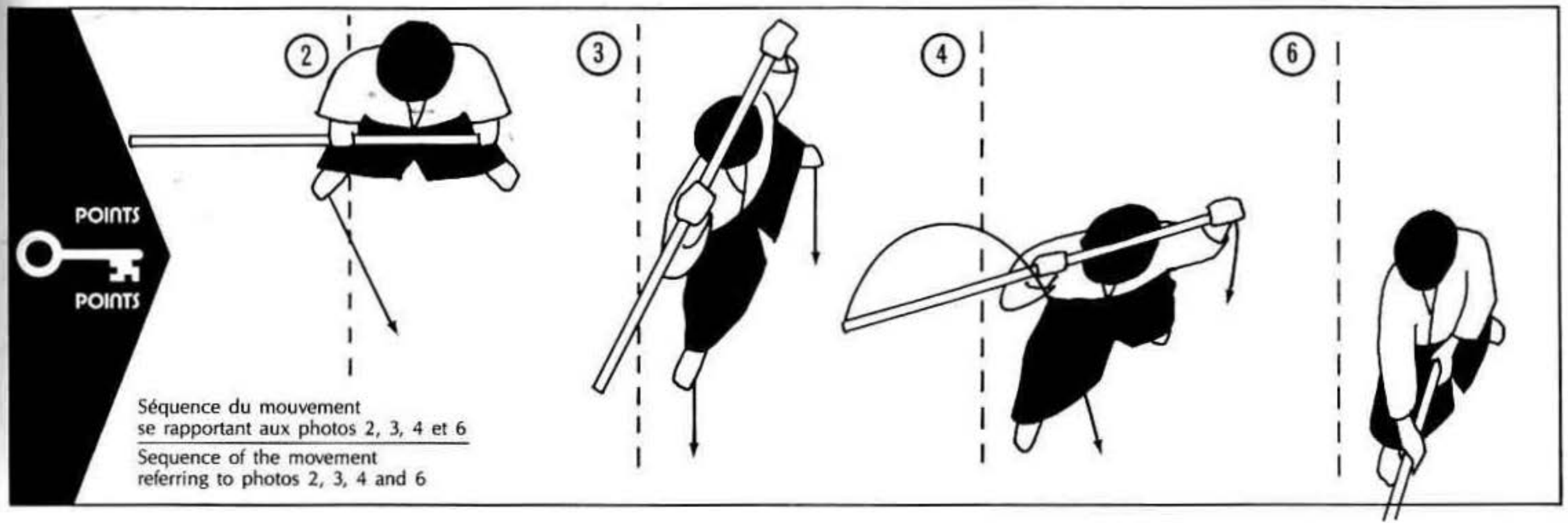
Proceed as for Kuri tsuke (1 to 3). Without changing the position of the Jo or hands, swivel the whole upper part of the body to the right while slowly pushing the right foot forward (4). The left foot follows and stops at the same time the end of the Jo ends up at your Uto level through a circular movement (5 and 6). After a Kime, return the Jo above the head (7) and again carry out the movement, which, for the moment, is done on the right only. When the "Yame!" command is given, proceed as in Kuri tsuke (8 to 10).

This movement is very difficult because many motions have to be executed simultaneously : the step, swivelling of the body and propelling of the Jo, and at the same time, bringing the rear foot forward. Do not swivel on the hips without moving the right foot forward (we shall see why in the Kihon sôtai). The key-points show this technique from a different angle.

Yame !

Motoe !

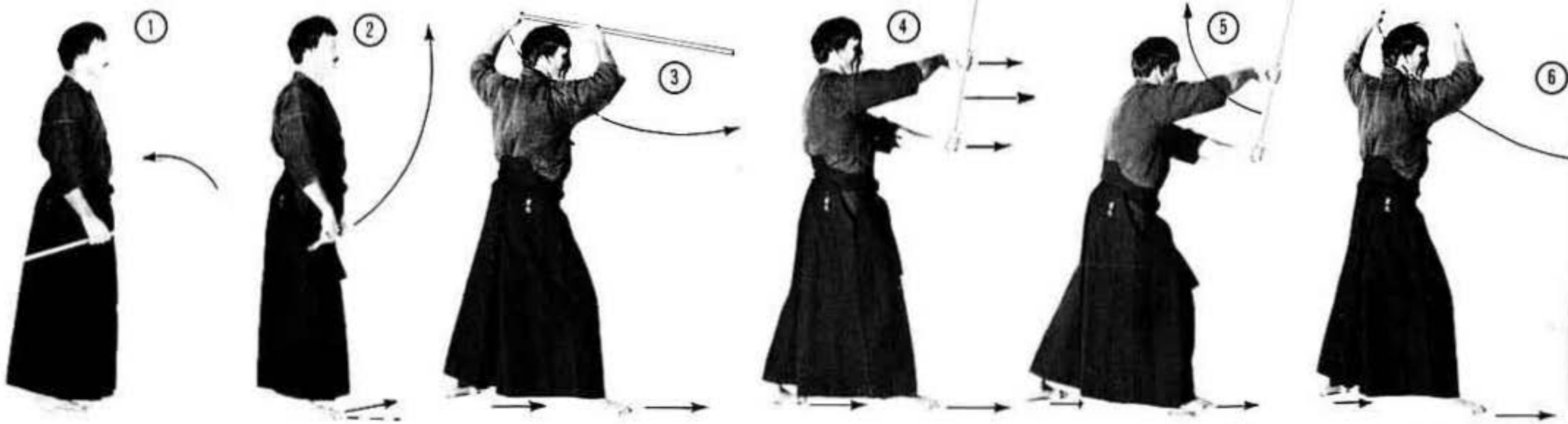
Maware migi !



Séquence du mouvement
se rapportant aux photos 2, 3, 4 et 6

Sequence of the movement
referring to photos 2, 3, 4 and 6

tai atari



Tai atari, Yôi ! **Hajime !**

Sens : *Tai* : corps ; *Atari* : percuter.
Percuter le corps de l'adversaire.

Niveaux : Votre niveau *Suigetsu* et votre niveau *Uto*.

Angle : Ligne centrale.

Kiai : Eéit ! ou Hoot !, à choix.

Pas : *Tsugi ashi*.

Procédez comme pour le Kihon précédent (1 à 3). En même temps qu'un Tsugi ashi vers l'avant, votre main gauche revient énergiquement sur la ligne centrale au niveau de votre plexus solaire, tandis que le bras droit se tend en avant à votre niveau Uto (A et B). Les deux bras sont tendus (4). En maintenant cette position, faites un second Tsugi ashi énergique vers l'avant en veillant à ne pas plier les bras (5). Pour ce déplacement, l'énergie doit venir exclusivement des hanches. Après un Kime, replacez le Jo au-dessus de votre tête tout en faisant un troisième (mais plus petit) Tsugi ashi vers l'avant (6), et recommencez ce mouvement qui ne s'effectue qu'à droite pour le moment (7 et 8). A l'ordre «Yame !», mettez vous en Gyakute no kamae (9), et procédez comme pour le Kihon précédent (10 à 12). Les points-clé vous montrent cette technique sous un angle différent.

Meaning : *Tai* : body ; *Atari* : hit, crush in.
To crush in the body.

Levels : Your *Suigetsu* and *Uto* levels.

Angle : Centre-line.

Kiai : Either Eéit ! or Huut !

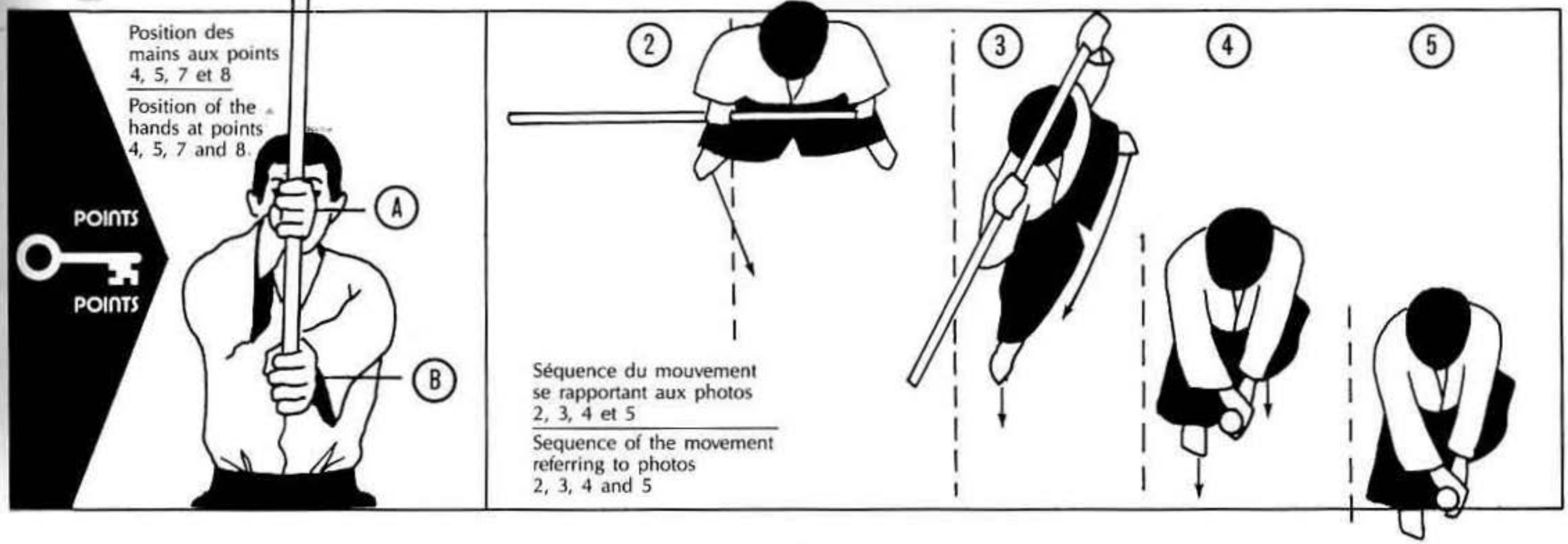
Step : *Tsugi ashi*.

Proceed as for the previous Kihon (1 to 3). While making a small Tsugi ashi forward, the left hand powerfully returns to the centre-line at the level of your solar plexus and, at the same time, the right arm stretches out at your Uto level (A and B). Both arms are outstretched (4). In this position, make another dynamic Tsugi ashi forward, being careful not to bend the arms (5). For this move, the power must come from the hips alone. After a Kime, return the Jo above your head making a third (but small) Tsugi ashi forward (6), and again carry out this movement, which, for the moment, is done on the right only (7 and 8). When the "Yame !" command is given, proceed as for the previous Kihon. The key-points show this technique from a different angle.

Yame !

Motoe !

Maware migi !



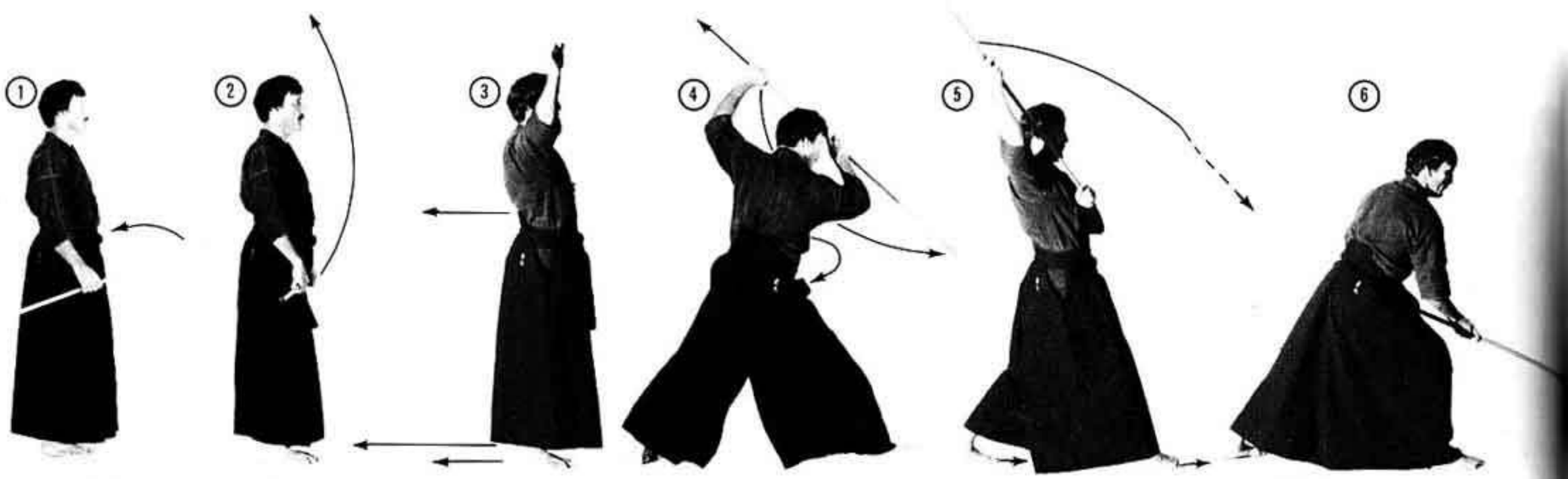
Position des mains aux points 4, 5, 7 et 8

Position of the hands at points 4, 5, 7 and 8.

Séquence du mouvement se rapportant aux photos 2, 3, 4 et 5

Sequence of the movement referring to photos 2, 3, 4 and 5

tsuki hazushi uchi



Sens : *Tsuki* : coup d'estoc ; *Hazushi* : éviter, dévier ; *Uchi* : coup. Dévier un coup d'estoc et frapper.

Niveau : Contrôle de votre niveau *Uto*.

Angles : Blocage sur la ligne centrale, spirale vers le bas et à gauche de la ligne centrale, puis ligne centrale.

Kiai : Eéit !

Pas : *Tsugi ashi* (une fois en arrière et deux fois en avant).

Sans déplacer les pieds, prenez Ichi monji no kamae (1 à 3). Faites ensuite un grand Tsugi ashi en arrière (pied gauche, pied droit), tout en plaçant votre corps en position Hanmi (4). Simultanément, la main droite remonte le long du Jo jusqu'à la position démontrée au point-clé A, tandis que l'extrémité avant du Jo est baissée jusqu'au niveau de la ceinture (B). Après un Kime, votre main gauche quitte le Jo pour aller saisir l'autre extrémité alors que, simultanément, le bras droit brandit le Jo vers le haut mais sans changer d'angle (C). Votre bras droit reste tendu et votre main gauche touche votre poumon droit, le coude protégeant le coeur (5) (D). Après un court Kime, frappez à la manière d'un Hiki otoshi uchi (spirale vers l'avant et le bas, sur la gauche de la ligne centrale), en avançant le pied droit (6). Lorsque le Jo est remonté à votre niveau Uto (7), observez un bref Kime et faites un nouveau Tsugi ashi vers l'avant sans rien changer à la position des bras et du Jo (8). Joignez ensuite les pieds vers l'avant (9) et reprenez le Kamae comme indiqué sous le point-clé E. A l'ordre «Yame !», procédez comme pour Honte uchi.

Meaning : *Tsuki* : thrust ; *Hazushi* : evade, deflect ; *Uchi* : strike. Deflect a thrust and strike.

Level : Control of your *Uto* level.

Angle : Block on the centre-line, downward spiral to the left of the centre-line, then centre-line.

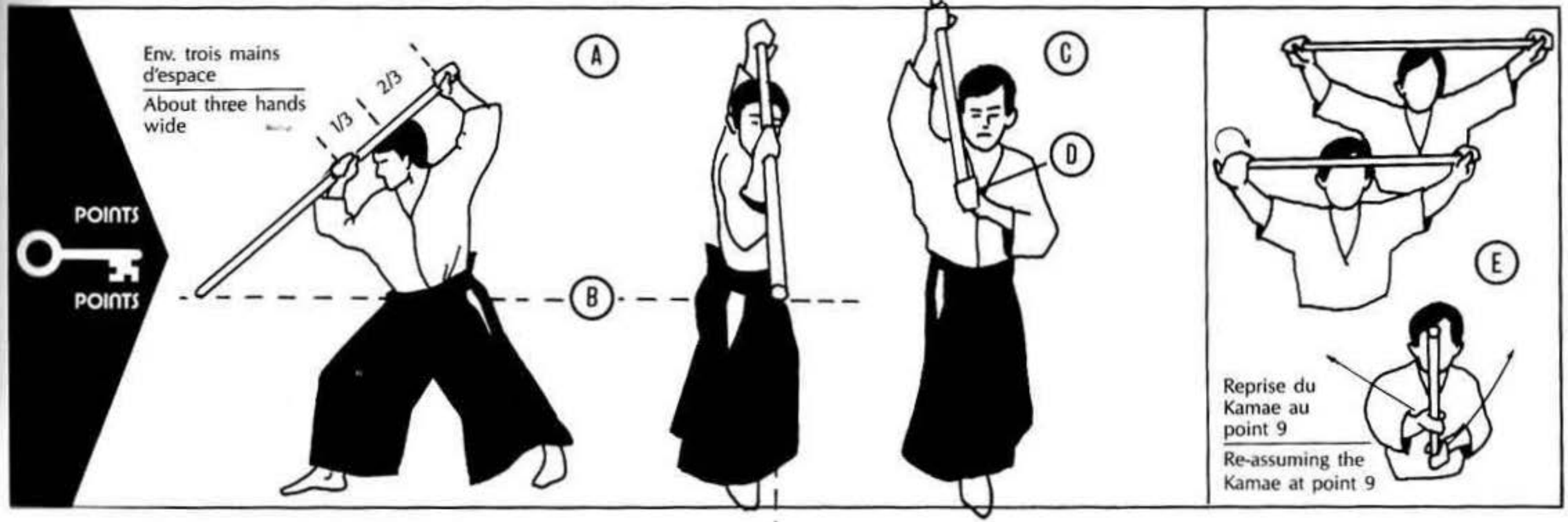
Kiai : Eéit !

Step : *Tsugi ashi* (once backward and twice forward).

Without moving the feet, assume Ichi monji no kamae (1 to 3). Then make a large Tsugi ashi backward (left foot, right foot), placing the body in a Hanmi position (4). Simultaneously, move the right hand along the Jo up to the point shown in key-point A, whilst the end of the Jo is lowered to the level of the belt (B). After a Kime, the left hand leaves the Jo to grip the other end whilst, simultaneously, the right arm thrusts the Jo upwards without changing the angle (C). The right arm remains outstretched, and the left hand touches the right breast, elbow covering the heart (5) (D). After a brief Kime, strike with a Hiki otoshi uchi (forward, downward spiral to the left of the centre-line), moving the right foot forward (6). When the Jo returns to your Uto level (7), observe a short Kime and make another Tsugi ashi forward without changing the position of neither the arms nor the Jo (8). Bring the feet together (9) and again take the Kamae as shown in the key-point E. When the "Yame !" command is given, proceed as for Honte uchi.

Yame ! Motoe !

Maware migi !



dô barai uchi

Honte ni kamae ! **Dô barai uchi, Ikjime !**

Sens : *Dô* : torse ; *Barai* (ou *Harai*) : balayage ; *Uchi* : coup. Frapper sur une attaque transversale au torse.

Niveaux : Hauteur de votre genou, puis votre niveau *Uto*.

Angle : *Kesa giri*.

Kiai : Eéit !

Pas : *Ayumi ashi*.

Prenez Honte no kamae (1 à 3), passez le pouce de la main gauche du côté des doigts et, simultanément: a) Placez votre pied droit derrière le gauche en position Hanmi ; b) Glissez votre main droite jusqu'au bout du Jo ; c) Glissez la main gauche vers le centre du Jo ; d) Tendez les deux bras (4 et 5). Votre main droite se trouve maintenant plus haut que l'épaule et votre bras gauche est parallèle au sol, devant vous (A). L'espace entre vos mains correspond à celui des épaules (B). Tirez ensuite le Jo vers l'arrière avec la main droite (6), puis frappez dans un angle Kesa giri sans faire de pas mais en pivotant sur les pieds et les hanches (7). Votre main gauche est au-dessus et légèrement sur la gauche de votre genou gauche, l'extrémité du Jo à env. 30 cm du sol, légèrement à droite de la ligne centrale (C). Remontez ensuite le long de la ligne centrale jusqu'à votre niveau Uto en ramenant très en avant le pied droit suivi du pied gauche (8). Recommencez ce mouvement qui ne s'effectue que d'un côté. Pour ce Kihon, l'ordre «Yame !» est suivi de «Sonomama !» (Ne bougez plus !). Restez dans cette position (9) jusqu'à l'énoncé du Kihon suivant.

Meaning : *Dô* : torso ; *Barai* (or *Harai*) : sweep; *Uchi*: strike. Strike on a sweeping action to the torso.

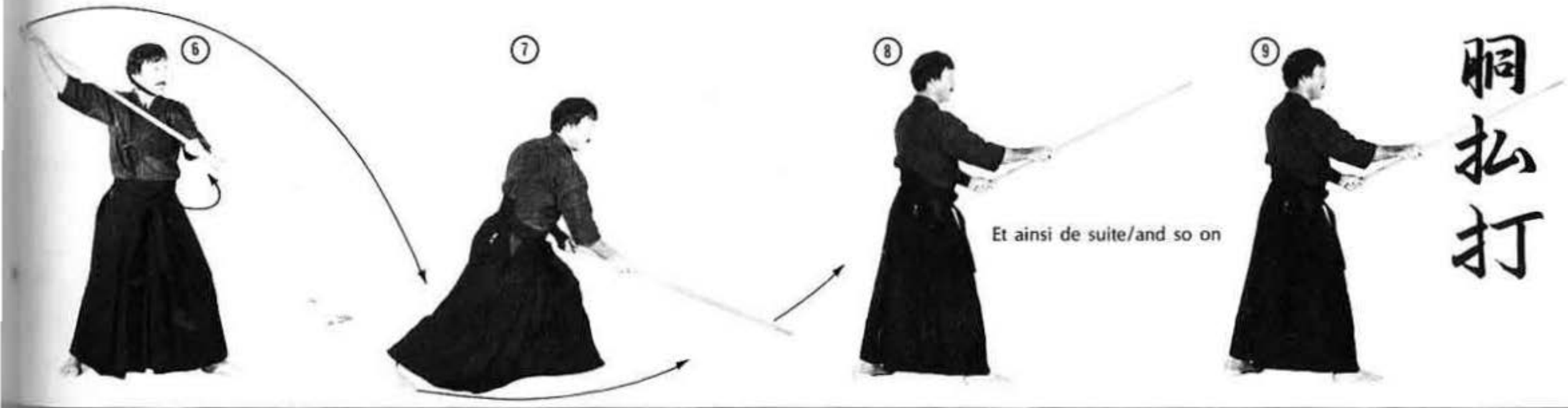
Levels : Your knee level then your *Uto* level.

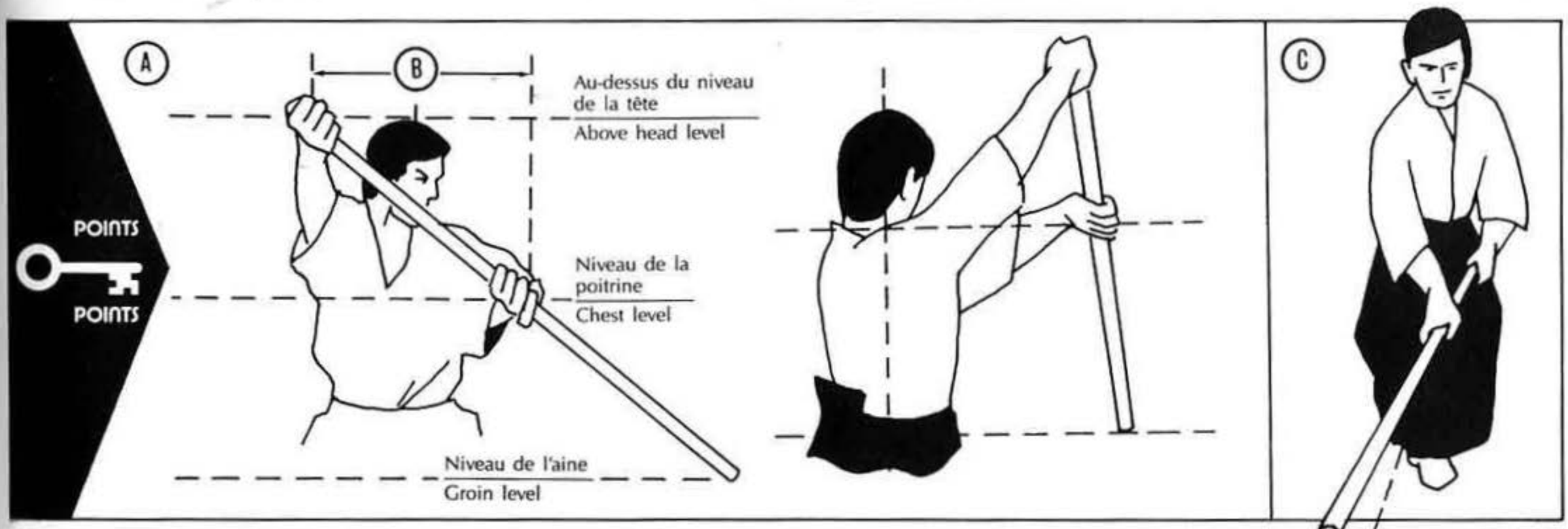
Angle : *Kesa giri*.

Kiai : Eéit !

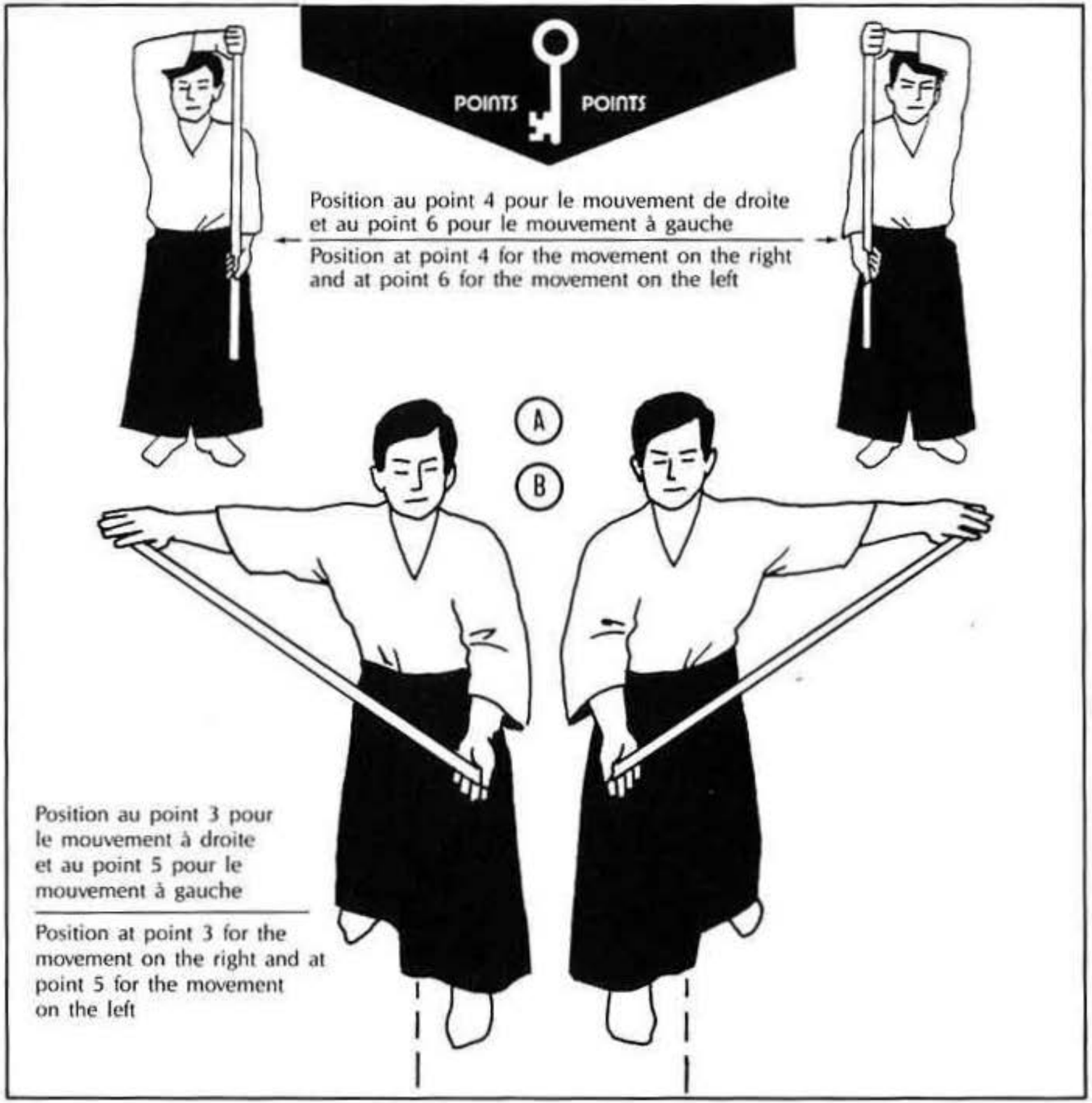
Step : *Ayumi ashi*.

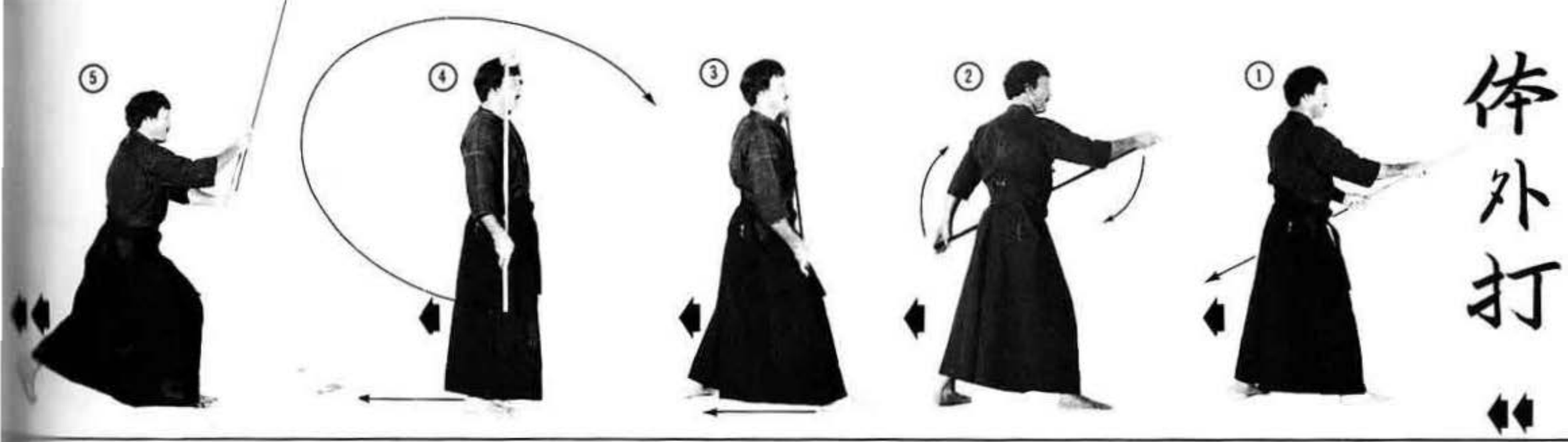
Once in Honte no kamae, (1 to 3) move the left thumb next to the fingers and simultaneously : a) place the right foot behind the left in a Hanmi position ; b) slide the right hand to the end of the Jo ; c) slide the left hand towards the centre of the Jo ; d) extend both arms (4 and 5). The right hand is now higher than your shoulder, the left arm is outstretched, parallel with the ground, in front of you (A). The distance between the hands corresponds to the width of your shoulders (B). Pull back the Jo with the right arm (6) and then strike through a Kesa giri angle without taking any steps, but swivelling on the feet and hips (7). The left hand is above and slightly on the left of your left knee, the end of the Jo 30 cm from the ground, slightly to the right of the centre-line (C). Now, move up the centre-line to your Uto level, pushing the right foot forward (8). Again carry out this movement, which is done on the right side only. The command "Sonomama !" (Don't move !) follows "Yame !". Stay in this position until the next Kihon is announced.


6
7
8
9
Et ainsi de suite/and so on
胴払打


A
B
Au-dessus du niveau de la tête
Above head level
Niveau de la poitrine
Chest level
Niveau de l'aine
Groin level
POINTS
POINTS
C

tai hazushi uchi





Sens : *Tai* : corps ; *Hazushi* : éviter, dévier ; *Uchi* : coup. Eviter avec le corps et frapper.

Niveau : Votre niveau *Uto*.

Angle : *Shômen*.

Kiai : Eéit !

Pas : Pieds joints puis *Tsugi ashi* vers l'arrière.

Vous êtes en Honte no kamae (1). Tirez le Jo vers l'arrière avec la main gauche mais sans changer le pouce de place, et en conservant l'angle initial, jusqu'à ce que l'extrémité du Jo se trouve dans la main droite (2). Puis posez le dos de cette main sur votre cuisse droite en tendant simultanément le bras gauche latéralement (3). Les doigts des deux mains sont tendus (A). L'angle des épaules est perpendiculaire à la ligne centrale (B). Après un bref Kime, ramenez le pied droit contre le gauche et pliez le bras gauche pardessus la tête (4). Le bras droit est naturellement tendu et le Jo vertical sur votre côté droit. Frappez maintenant dans un angle Shômen en reculant le pied gauche (5). L'extrémité du Jo s'arrête à votre niveau Uto (6). Après un Kime, recommencez ce mouvement qui ne s'effectue que d'un côté, l'autre côté faisant l'objet du prochain Kihon. Remettez-vous en Tsune no kamae (7 et 8) mais au lieu de «Maware migi!», l'ordre «Mae dete!» (Avancez!) vous sera donné. Avancez alors naturellement en Tsune no kamae jusqu'à l'endroit où vous aviez commencé ce Kihon et attendez.

Meaning : *Tai* : body ; *Hazushi* : evade, deflect ; *Uchi* : strike. To evade with the body and strike.

Level : Your *Uto* level.

Angle : *Shômen*.

Kiai : Eéit !

Step : Feet together, then *Tsugi ashi* backward.

You are in Honte no kamae (1). Pull back the Jo with the left hand, but without moving the thumb, holding the initial angle, until the end of the Jo reaches the right hand (2). Then lay the back of this hand upon your right thigh, simultaneously extending the left arm sideways (3). The fingers of both hands are open (A). The shoulders are perpendicular to the centre-line (B). After a brief Kime, move the right foot back against the left, and bend the left arm above the head (4). The right arm is naturally extended, and the Jo is vertical on your right. Now strike through a Shômen angle and move the left foot back (5). The end of the Jo stops at your Uto level (6). After a Kime, carry out this movement again, which is done on the right side, the left side forming the subject of the next Kihon. Return to Tsune no kamae, but instead of "Maware migi !", the command "Mae dete !" (step forward !) will be given. Then simply return, maintaining Tsune no kamae, to the place where you started this Kihon and wait.

Tai hazushi uchi (gauche)

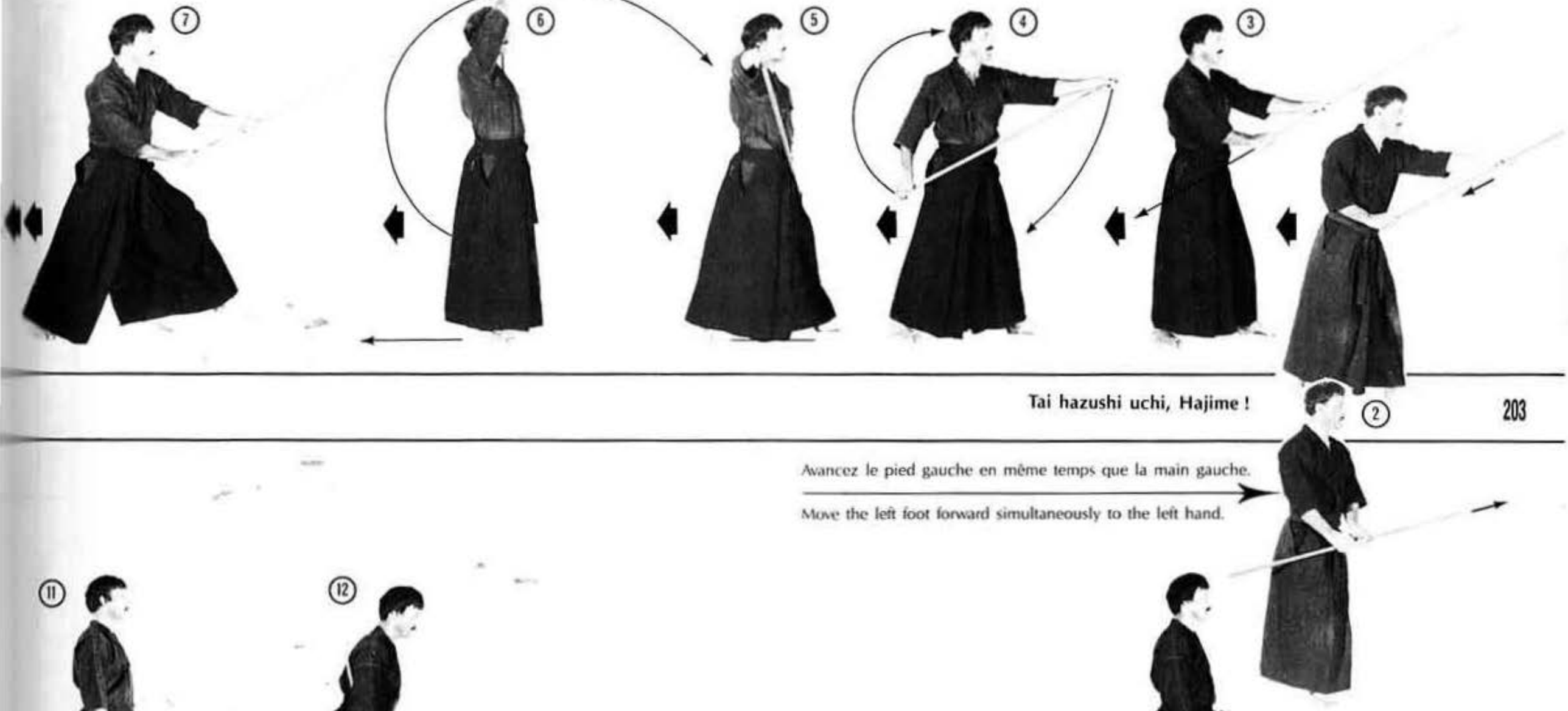
Une fois revenu à la place de départ, vous êtes toujours en Tsune no kamae. A l'ordre «Hidari honte ni kamae !», placez votre main gauche sur le Jo juste devant votre main droite (A) et tendez le bras gauche vers l'avant jusqu'à ce que l'extrémité arrière du Jo soit dans la paume de votre main droite et que la pointe du Jo soit à votre niveau Uto et revenez avec votre main gauche à la distance correcte (2 et 3). Effectuez maintenant la même technique que pour le Kihon précédent, mais de l'autre côté. Tirez le Jo vers l'arrière avec la main droite (4), posez la main gauche sur la cuisse gauche et tendez latéralement le bras droit (5). Ramenez ensuite le pied gauche contre le droit en faisant passer votre bras droit par-dessus votre tête (6), et frappez dans un angle Shômen en reculant le pied droit, cette fois (7). Recommencez ce mouvement jusqu'à l'ordre «Yame !» puis procédez comme indiqués aux points 9 à 11. Vous êtes à nouveau en Tsune no kamae. Attendez l'annonce «Kihon owari !» (Les Kihon sont terminés) pour saluer (12).

Accordez une attention toute particulière à cette série de Kihon. C'est le moyen le plus sûr d'acquérir une technique correcte et précise. Astreignez-vous à pratiquer ces mouvements de base au moins trois fois par semaine. Après plusieurs années, vous réaliserez que c'est un travail riche d'enseignements où l'amélioration n'a pas de limites.

Tai hazushi uchi (left)

When you reach the starting place, you are still in Tsune no kamae (1). When the "Hidari honte ni kamae !" command is given, place the left hand on the Jo, just in front of the right (A), then stretch the left arm forward until the end of the Jo reaches your Uto level and slide the left hand down to the correct distance when in Honte no Kamae (2 and 3). Now carry out the same motions as for the previous Kihon, but this time, on the other side. Pull back the Jo with the right hand (4), lay the left hand on the left thigh and extend the right arm sideways (5). Then bring the left foot against the right, move the right arm over and above your head (6) and strike through a Shômen angle, this time moving back the right leg. Carry out this movement until the "Yame !", and then proceed as shown at points 9 to 11. You are once again in Tsune no kamae. Wait for "Kihon owari !" (The Kihon are over !) before bowing (12).

Take particular care in carrying out this series of Kihon : it is the surest way to acquire a correct and precise technique. Make a strict rule of practising these basic movements at least three times a week. After a few years, you will realize just how instructive the work can be, with no limit to progress.



Avancez le pied gauche en même temps que la main gauche.

Move the left foot forward simultaneously to the left hand.

Hidari honte ni kamae !

Kihon owari !

kihon sôtai

DE l'avis de Me Draeger et, plus humblement, à mon avis également, cette série de Kihon à deux est de loin l'exercice le plus nécessaire et bénéfique de toute la pratique du Jodô. Elle permet, d'une façon répétitive, de tester et d'améliorer dans des conditions optimales les points suivants :

- l'efficacité des Kihon,
- la pratique du Ma-ai,
- la pratique du Ri-ai ou du «Timing»,
- l'endurance physique du pratiquant.

Ce dernier point est important. Le fait que le Jodô ne comporte aucun aspect compétitif résulte trop souvent en une technique qui sacrifie l'efficacité et la puissance à l'esthétique.

Bien qu'il y ait, en Jodô, plusieurs moyens à disposition pour permettre au pratiquant de se dépasser physiquement (séries de Hiki otoshi, séries de Ran-ai, etc.), les Kihon sôtai sont indubitablement un moyen sûr de mobiliser un maximum d'énergie chez quiconque pendant les quelque 50 minutes que dure l'exercice (des deux côtés).

Quatre points importants doivent être compris très tôt dans la pratique des Kihon sôtai :

1. Certaines cibles et certains angles diffèrent de ceux qui ont été stipulés dans les Kihon tandoku. Prenez-en note en lisant les détails de chaque Kihon dans les pages suivantes.

2. Pour que l'exercice soit efficace, il faut qu'il soit exécuté sur une certaine distance. Pour ce faire, certaines lois du Ma-ai et du Ri-ai ont été transgressées. Par exemple, la coupe de Maki otoshi aboutit sur le Jo et non sur la tête de l'adversaire comme ce serait le cas dans un Kata. Certains pas sont exagérément petits ou grands pour permettre une répétition harmonieuse du mouvement sans qu'il y ait de coupures pour réajuster la distance.

IN the opinion of Draeger Sensei – and more humbly, in mine too – this series of Kihon practised in pairs is by far the most necessary and beneficial exercise in Jodô. It provides a repeatable way of testing and improving the following points under optimal conditions:

- the efficiency of each Kihon,
- the practice of Ma-ai,
- the practice of Ri-ai, or timing,
- the physical endurance.

The last point is important. Since Jodô does not involve any competition, the resulting technique too often sacrifices efficiency and power in favour of esthetics.

Although Jodô does provide several means of physically stretching the trainee – using repeated Hiki otoshi movements, Ran-ai, etc. – the Kihon sôtai are without doubt a sure way of expending a great deal of energy during the 50 minutes or so of the exercise (both sides).

Four important points must be understood in order to get the most benefit from the Kihon sôtai :

1. Certain targets and angles are not the same as those for the Kihon tandoku. Note the differences for each Kihon given on the pages that follow.

2. For the exercise to be of any use, it needs to be executed over some distance. Certain laws of Ma-ai and Ri-ai have therefore been bent. For example, the cut for Maki otoshi lands on the Jo and not on the opponent's head, as would be the case in a Kata. A few steps are exaggerated – they are either too big or too small – to allow the movements to be repeated harmoniously, without any breaks for returning to the proper distance.

3. Par le simple fait qu'ils soient répétitifs, ces Kihon ne peuvent pas contenir les notions combatives ou tout simplement logiques qui existent dans les Kata. Dans certains Kihon, il vous est demandé de prendre des Kamae qui vous exposent complètement à une attaque du sabre. Il faut bien comprendre que la pratique des Kihon favorise plus l'acquisition d'une certaine habileté technique que la transmission de notions de combat.

4. Finalement, le *côté Uchidachi* (Bokken) doit se concentrer tout spécialement sur une exécution correcte et pas trop rapide de tous les mouvements, car la moindre erreur de sa part aura des conséquences techniques désastreuses sur le *côté Shidachi* (Jo). En effet, une trop grande pression de la part du sabre aura pour résultat immédiat, du côté du Jo, une technique escamotée, imprécise et, surtout, incorrecte. La pression sera bien assez grande dans les Kata.

La pratique des Kihon sôtai devrait faire l'objet d'au moins un cours par semaine.

3. The simple fact of their being repeated precludes any notion of combat or even the inherent logic of the Kata. Certain Kihon require you to take Kamae that leave you wide open to the strike of a sword. It must be understood that the purpose of the Kihon is more to nurture technical proficiency than to inculcate notions of combat.

4. Finally, the *Uchidachi side* (Bokken) should concentrate on executing the movement correctly and not too rapidly, since the slightest error will have disastrous technical consequences for the *Shidachi side* (Jo). Indeed, too great a pressure from the sword side will result in a pinched, imprecise and, above all, an incorrect technique on the Jo side. The pressure will be great enough during the Kata.

The Kihon sôtai should be practised at least once a week.

SHIDACHI

①

Position : Tsune no kamae

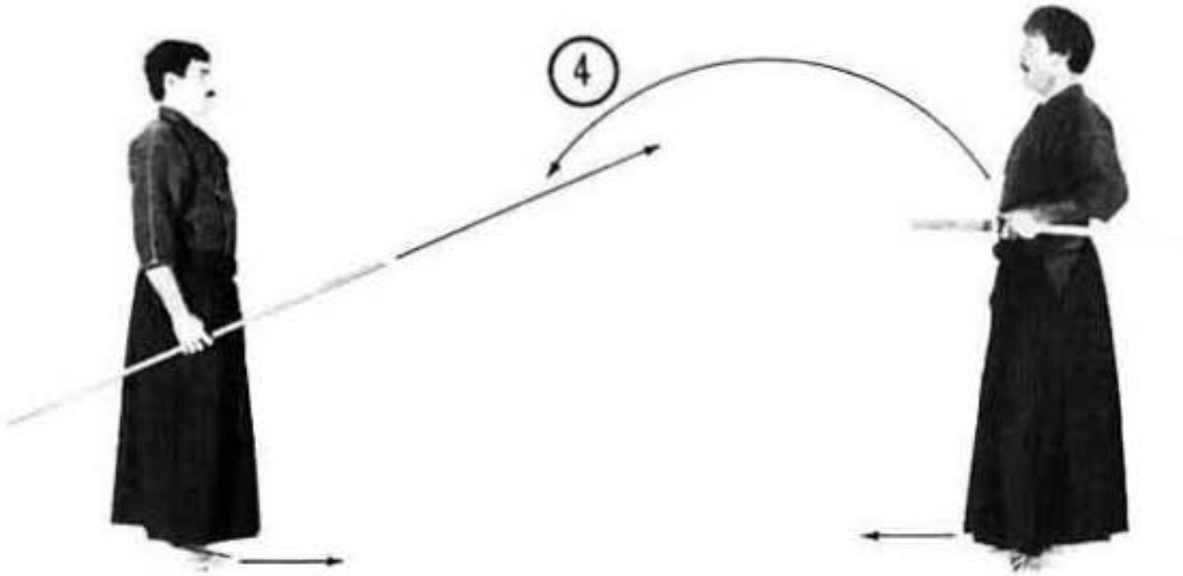
UCHIDACHI

Position : Sagetô

②

Sôgo no rei !

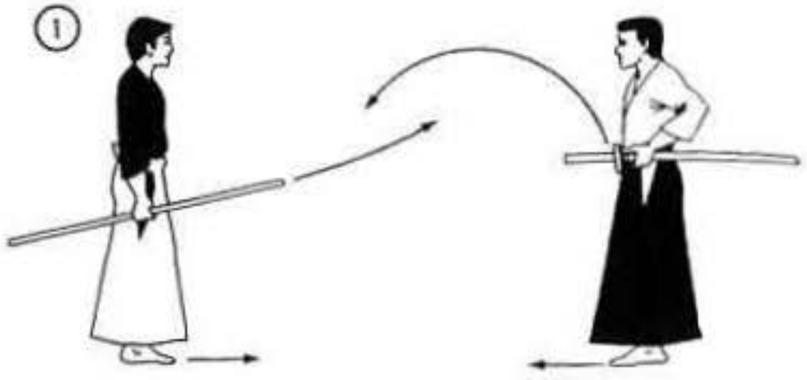
③



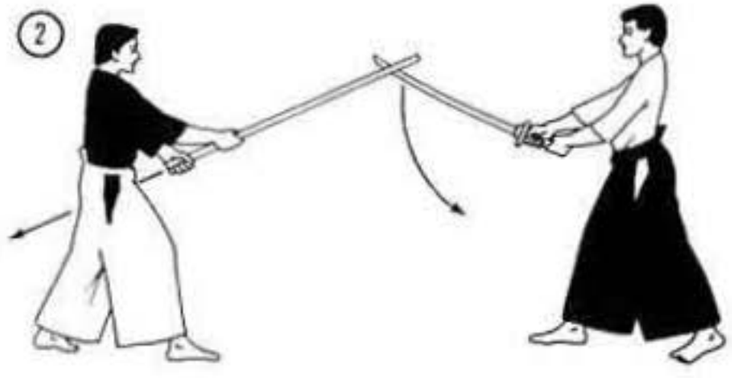
④

Position : Tsune no kamae

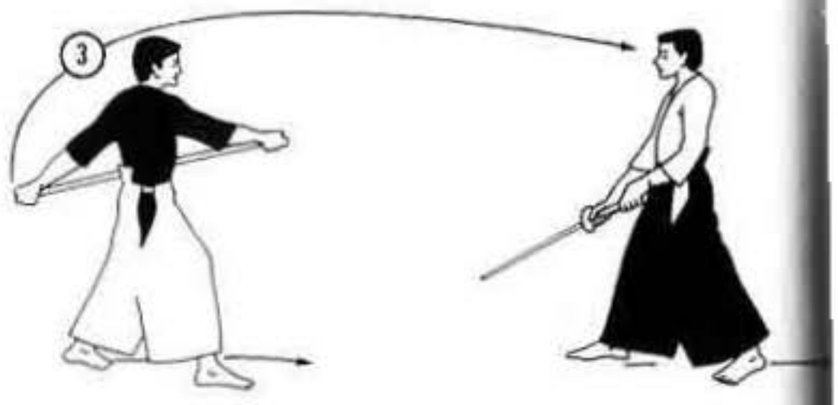
Position : Teitô



Honte ni kamae !



Honte uchi, Yôi !



Hajime !

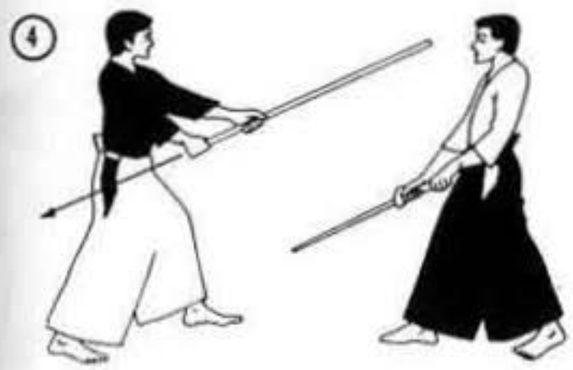
honte uchi

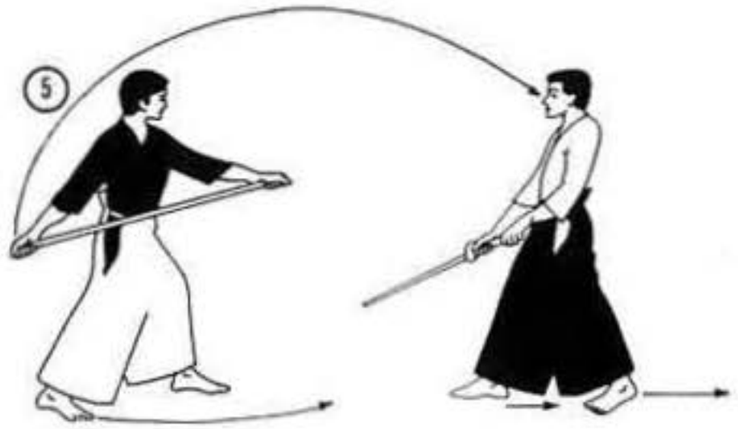
Dès ce premier Kihon, efforcez-vous de prendre le Kamae d'un seul mouvement, lentement, et sans réajuster la distance avec des petits pas (1 et 2). Avec un peu d'expérience, vous aurez tôt fait d'avoir le Ma-ai nécessaire dans l'œil. Gardez le contact visuel durant tout l'exercice. Déplacez-vous simultanément en évitant les mouvements saccadés. Concentrez-vous sur les notions de distance et les points-clé décrits dans les Kihon tandoku et le chapitre des Kamae.

Shidachi : Ce Kihon est en tous points semblable au Tandoku. Appliquez-vous à frapper dans un angle Shômen. Veillez, toutefois, à faire un pas plus important pour le premier mouvement (4), car la distance y est plus grande que par la suite. Au fur et à mesure que votre technique s'améliore, raccourcissez la distance entre l'extrémité du Jo et le point Uto de l'adversaire.

From this first Kihon on, strive to take the Kamae in one movement, slowly, and without reajusting the distance with small steps (1 and 2). With a little experience, you will soon get the knack for the necessary Ma-ai. Keep eye-to-eye contact throughout the exercise. Move in unison and avoid jerky movements. Concentrate on the notions of distance and on the key-points given for the Kihon tandoku and in the chapter on Kamae.

Shidachi : This Kihon is in every way identical to the Kihon tandoku. Apply yourself to striking through a Shômen angle. Take care, however, to take a bigger step for the first movement (4), since the distance is greater here than in the following steps. As your technique progressively improves, reduce the distance between the end of the Jo and the opponent's Uto point.





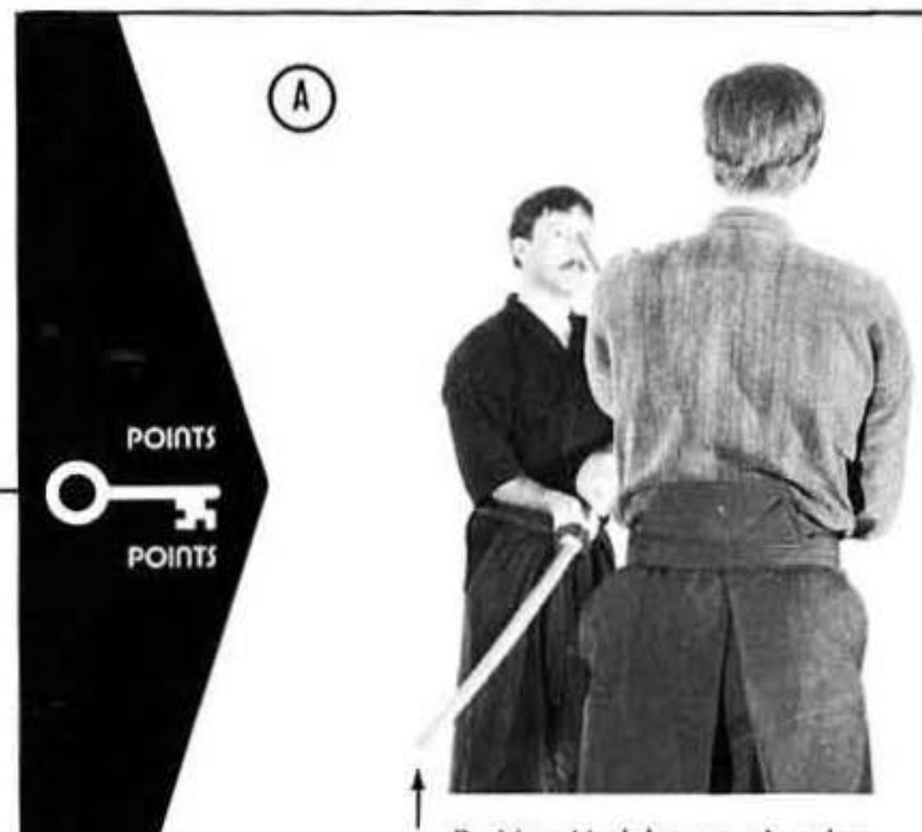
Yame !

Uchidachi : Après avoir pris Seigan no kamae, baissez la Kissaki en position Hodoku (3). En vous fondant avec l'avance de Shidachi, reculez en Tsugi ashi, pied arrière d'abord, toujours du même côté (4 et 6). Si Shidachi a tendance à trop s'approcher, replacez la pointe de votre arme en Gedan no kamae pour l'obliger à garder la distance correcte. «Yame !» vous invite à réajuster à la distance Awase (7). Joignez les pieds en arrière, Bokken en position Hodoku (8), prêt pour «Ichi kôtai !». Pas de Kiai dans ce Kihon.

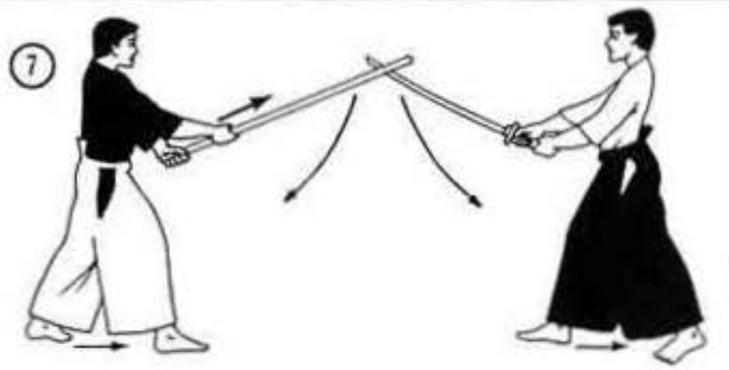
Uchidachi : After taking Seigan no kamae, lower the Kissaki to the Hokoku position (3) (A). Blending with Shidachi's forward movement, step back in Tsugi ashi, rear foot first, always to the same side (4 and 6). If Shidachi tends to come too close, replace your sword in Gedan no kamae to force him to keep to the correct distance. "Yame !" is the order to resettle at the Awase distance (7). Move back your right foot against your left, Bokken in Hodoku (8), ready for "Ichi kôtai !". No Kiai on your side for this Kihon.

POINTS

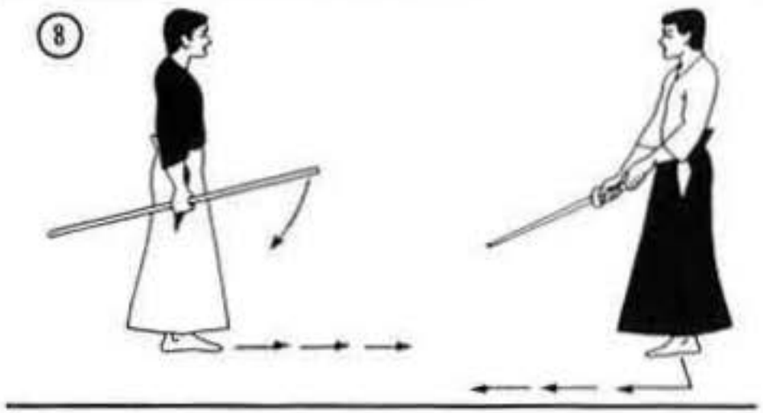
POINTS



Position Hoduku pour le sabre
Hodoku position for the sword



Motoe !



Ichi kôtai ! (Voir/see page 150)

Gyakute ni kamae !

Gyakute uchi, Yôi !

Hajime !

gyakute uchi

C'est le premier contact réel entre le Jo et le Bokken. Veillez à travailler ce mouvement d'une façon progressive pour éviter tout risque de blessures. Gyakute uchi est un excellent moyen d'entraîner le Ri-ai du côté Uchidachi. Ce dernier pivotera sur ses hanches au dernier moment pour absorber le Jo, de haut en bas, avec le Shinogi ou le Ha * de son Bokken. Gardez le contact visuel.

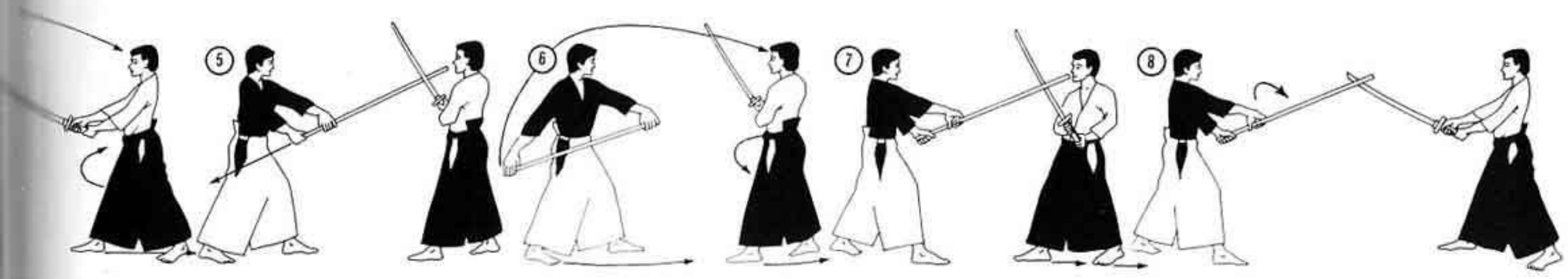
Shidachi : Ce Kihon est similaire au Tandoku mis à part l'angle de frappe (A) qui doit être légèrement de côté (15 à 20 degrés) afin d'atteindre la tempe (Kasumi) de Uchidachi (5). En retirant le Jo pour le mouvement suivant, maintenez-le dans la direction du point Uto de l'adversaire. Observez les mêmes points-clé que pour les Tandoku, sans oublier celui du poignet.

* Voir chapitre 4, *Shintô Ryû Kenjutsu.*

It is the first real encounter between the Jo and the Bokken. Practise this movement progressively in order to avoid any chance of injury. Gyakute uchi is an excellent way to practise Ri-ai on the Uchidachi side. The latter will swivel his body at the last moment to absorb the blow from the Jo, from top to bottom, with the Shinogi or Ha * of his Bokken. Keep eye-to-eye contact.

Shidachi : This Kihon is similar to the Tandoku, except for the angle of strike (A), which is slightly to one side (15 to 20 degrees) to strike Uchidachi's temple (Kasumi) (5). Pulling back the Jo for the next movement, keep it pointed in the opponent's Uto direction. Observe the same keypoints as for the Tandoku, without forgetting the one for the wrist.

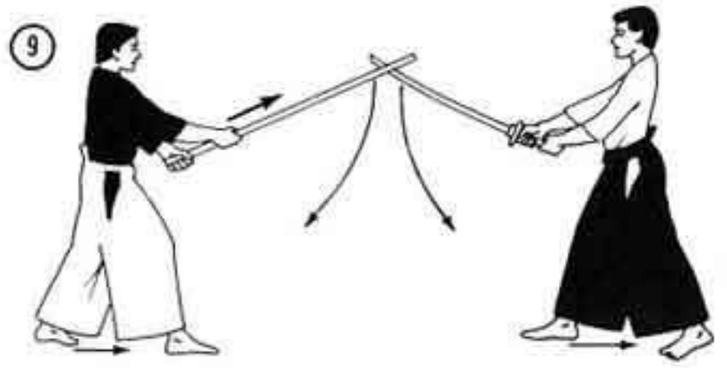
* See chapter 4, *Shintô Ryû Kenjutsu.*



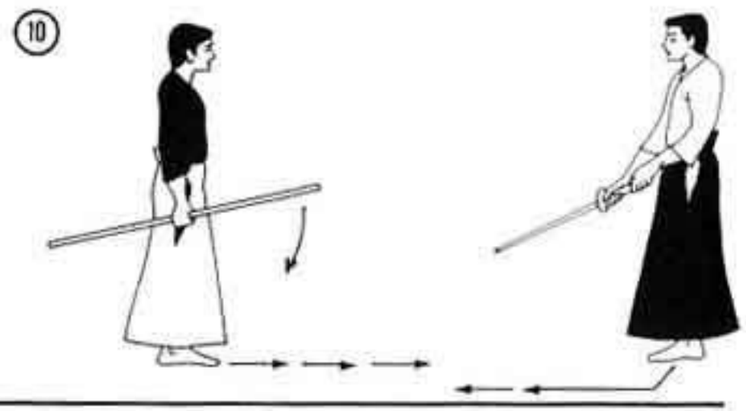
Yame !

Uchidachi : Après avoir pris Seigan no kamae, restez dans cette position et absorbez l'attaque de Shidachi au dernier moment en prenant bien soin de garder la pointe (Kissaki) du Bokken comme suspendue à un fil invisible au-dessus de la ligne centrale (B). Reculez en Ayumi ashi en pivotant alternativement avec tout le corps de façon à recevoir le Jo en position Hanmi. Pas de Kiai de ce côté pour ce Kihon.

Uchidachi : After taking Seigan no kamae, stay in this position and ride Shidachi's attack at the last moment, taking care to hold the Kissaki (tip) of the Bokken as if it were held by an invisible wire above the centre-line (B). Retreat in Ayumi ashi, rotating the body alternately in order to receive the blows in a Hanmi position. No Kiai on your side for this Kihon.



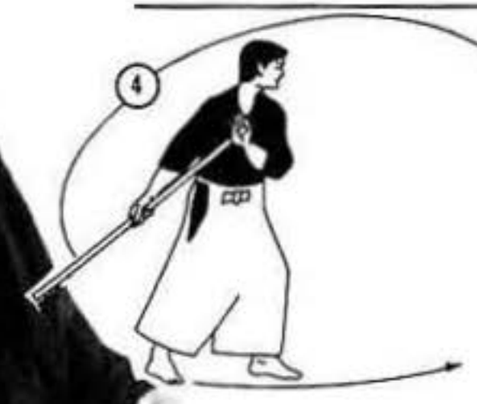
Motoe !



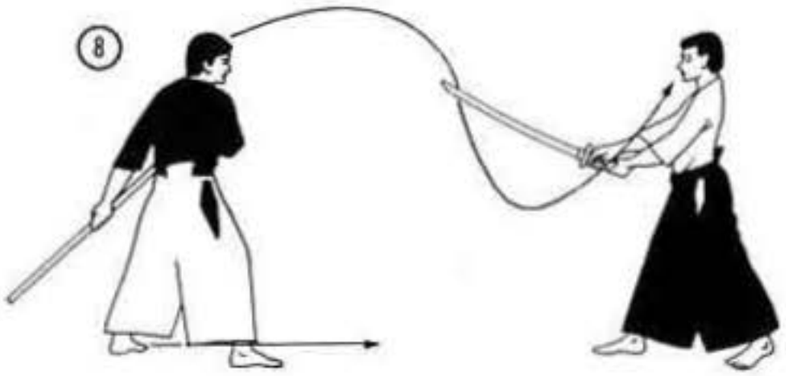
Ichi kôtai !

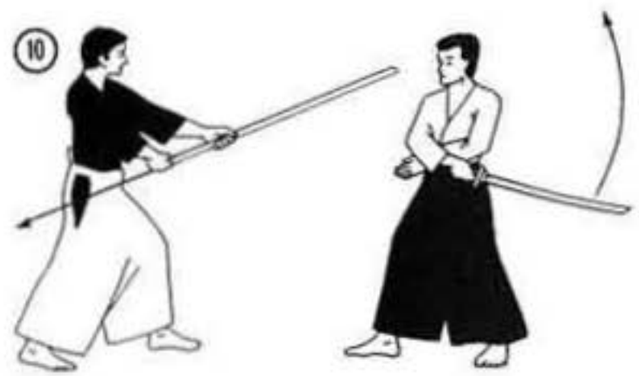
Hiki otoshi ni kamae !

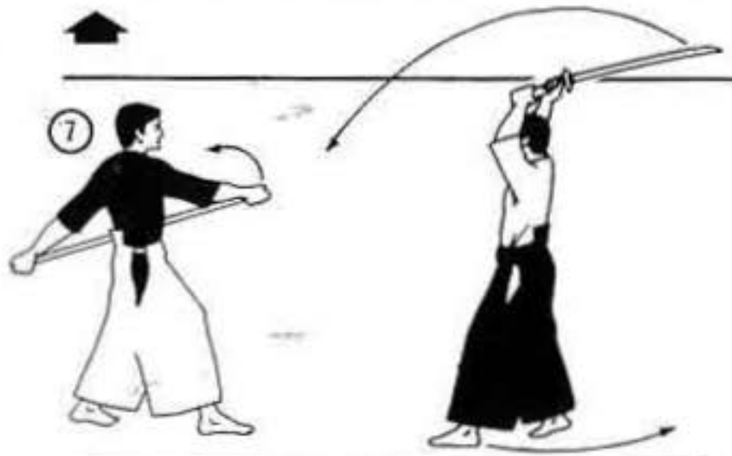
hiki otoshi uchi



Hiki otoshi uchi, Hajime !

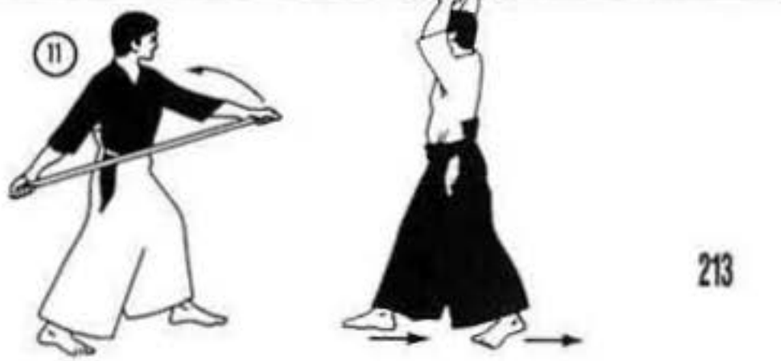


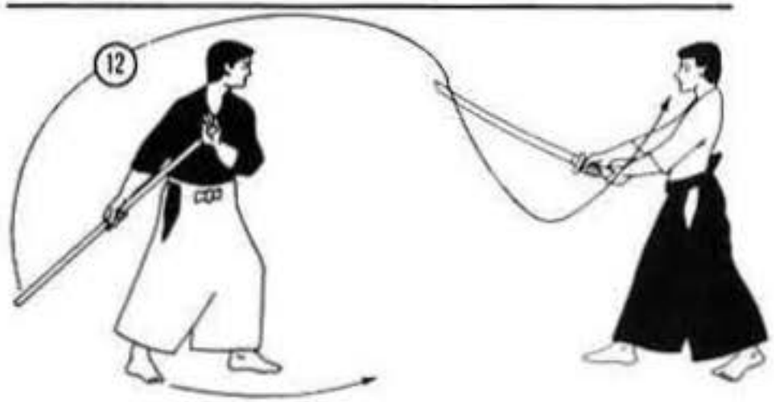




Trajectoire et angle du bâton

Trajectory and angle of the stick



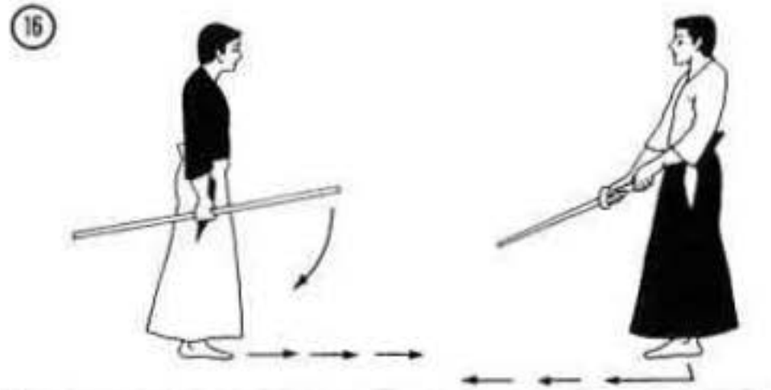


POINTS POINTS

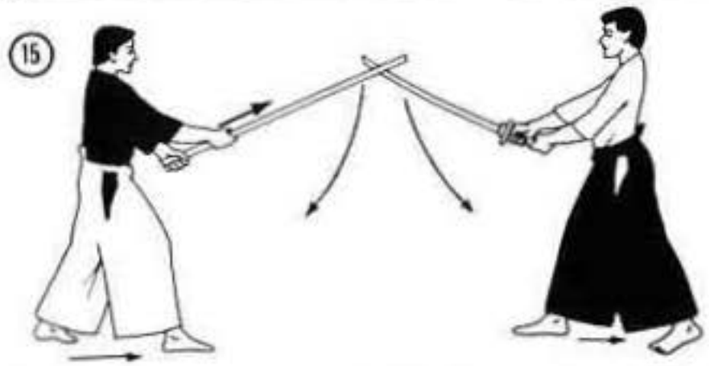
Trajectoire du Jo pour remonter au point Uto

Trajectory of the stick to go to the Uto point

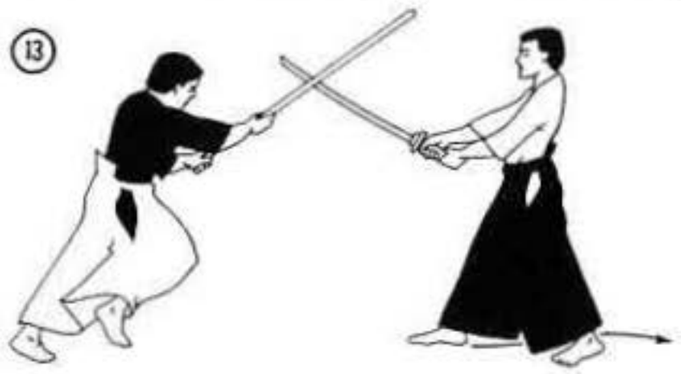
B

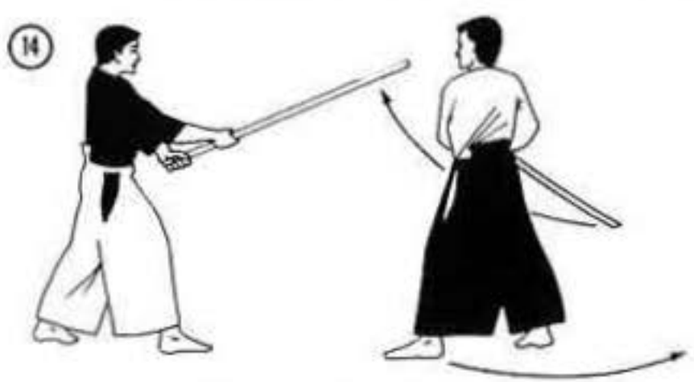


Ichi kôtai !



Motoe !





Yame !

POINTS POINTS

C

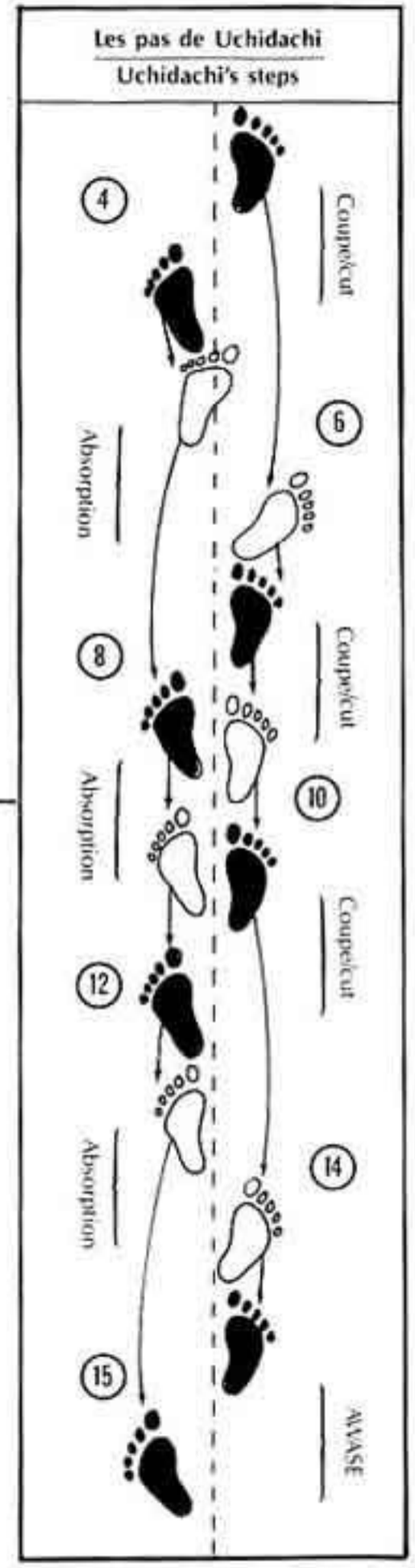
Position du sabre après le contact

Position of the sword after the blow

Arrêtons-nous un peu plus longuement sur ce Kihon qui est un des principaux instruments de travail dans la pédagogie de Shindô Musô Ryû, ainsi qu'une des techniques les plus efficaces. On retrouve cette technique dans 5 Kata d'Omote, 6 de Chûdan, et dans les deux Kata de Ran-ai. La pratique de Hiki otoshi uchi fait apparaître, pour les deux côtés, tout un cortège de notions techniques et mentales. Ce Kihon exige du courage ; Shidachi doit se lancer littéralement sur la Kissaki avec une parfaite coordination de l'esprit, de l'arme et du corps (Ki-Jo-Tai). Uchidachi, quant à lui, conscient de la secousse imminente, doit maintenir son Bokken devant lui sans le moindre mouvement d'esquive ou d'anticipation, et absorber ensuite le choc avec tout le corps afin d'éviter de se blesser les poignets ou les coudes.

Shidachi : Ce Kihon est similaire au Tandoku mis à part la trajectoire du Jo. L'extrémité du Jo dessine une longue spirale qui passe par un angle Kesa giri avant d'entrer en contact avec le Bokken (A), continue jusqu'à la hauteur des genoux avant de remonter le long de la ligne centrale de l'adversaire (qui est en position Hanmi), pour terminer sa course devant le point Uto (B). Effectuez ce mouvement d'un seul jet et non progressivement, avec une participation totale des hanches. N'ayez pas peur de vous trouver en déséquilibre au moment de l'attaque ; cette perte d'équilibre pendant un court instant est un fait commun à la plupart des disciplines japonaises. Elle permet d'utiliser le poids total du corps.

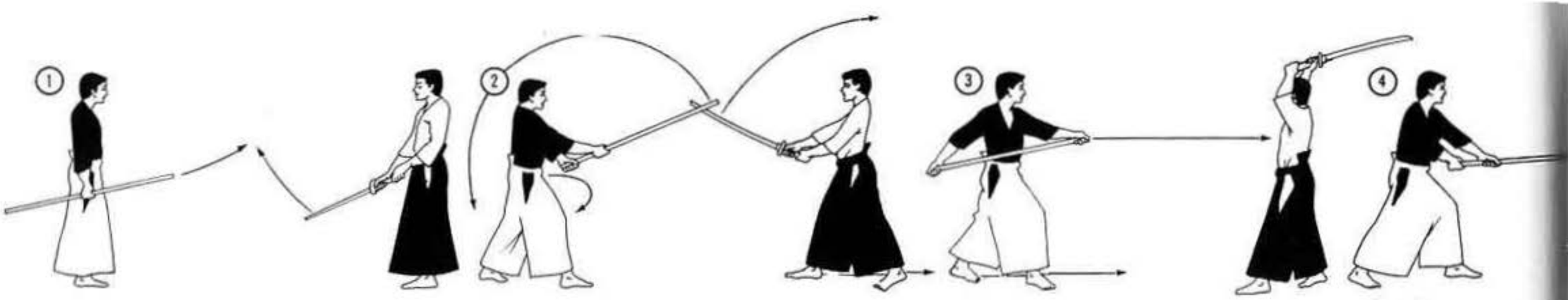
Uchidachi : Mis à part la difficulté de la réception du choc, la façon de reculer dans ce Kihon peut poser quelques problèmes au début. L'ordre des pas, très asymétrique, est décrit ci-contre. A chaque absorption, efforcez-vous de vous retrouver en Wakigamae, que ce soit à droite ou à gauche (C), et ne laissez pas votre arme virevolter sans contrôle. La coupe, accompagnée d'un Kiai (Eéit !), se fait dans un angle Shômen et la Kissaki s'arrête devant le point Uto de Shidachi (4, 8 et 12). «Yame !» vous invite à réajuster pour Awase (15). Exhortez Shidachi à se donner à fond par un Kiai intense et une position offensive.



This Kihon constitutes one of the main workhorses of the teaching of Shindô Musô Ryû and is one of the most efficient of techniques ; we shall therefore examine it in close detail. This movement figures in five Kata of Omote, in six Kata of Chûdan and in the two Kata of Ran-ai. The study of Hiki otoshi uchi calls for — on both sides — a wide collection of technical and mental concepts. This Kihon demands courage. Shidachi must literally throw himself at the Kissaki with perfect coordination of spirit, weapon and body (Ki-Jo-Tai). As for Uchidachi, aware of the coming jolt, he must hold the Bokken in front of him and betray no motion of evasion or anticipation, and then absorb the blow with the whole of his body to avoid injury to the wrists and elbows.

Shidachi : This Kihon is similar to the Tandoku except for the trajectory of the Jo. The end of the Jo draws a long spiral which goes through a Kesa giri angle before coming into contact with the Bokken (A). It continues to the height of the knees and then follows the opponent's centre-line to finally end its path in front of his Uto point (B). (The opponent is in a Hanmi position at that moment.) Carry this action through in one smooth movement, with no jerks, making full use of the hips. Do not be afraid to find yourself off balance at the moment you strike. This temporary loss of balance is common to most Japanese disciplines. It permits complete use of the weight of the body.

Uchidachi : Apart from the problem of absorbing the shock, the principal difficulty of this Kihon lies in the manner of retreating. The very asymmetrical order of the steps is described opposite. Every time you take a blow, try to end up in Wakigamae, be it on the right or the left (C), and do not let your weapon spin out of control. The cut, given with a Kiai (Eéit !), is made through a Shômen angle and the Kissaki stops at Shidachi's Uto point (4, 8 and 12). "Yame !" is the signal to take Awase (15). Urge Shidachi to go all out by emitting a deep Kiai and assuming a very offensive stance.



Honte ni kamae ! Kaeshi tsuki, Yôi ! Hajime !

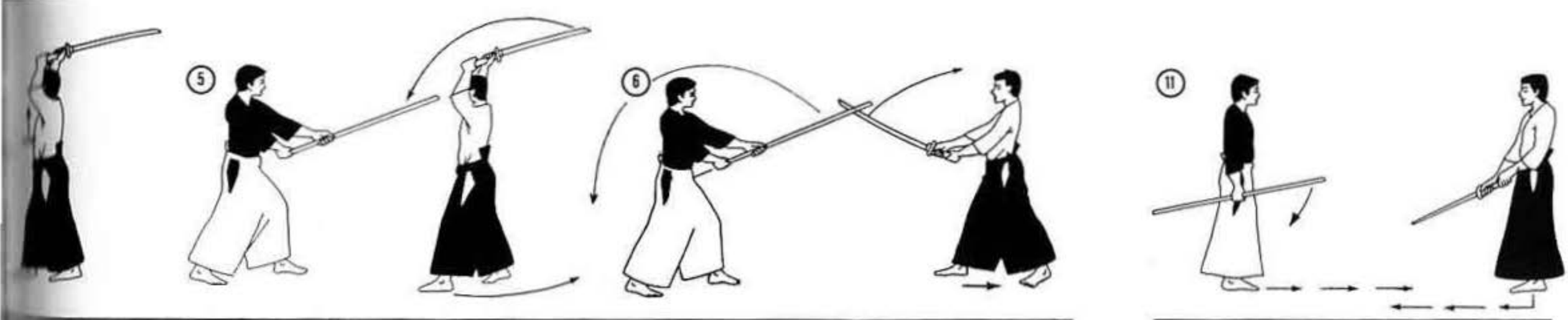
kaeshi tsuki

Première expérience d'un coup d'estoc avec cible, Kaeshi tsuki vous paraîtra difficile au début, mais terriblement efficace de par sa ligne directe et sa rapidité. Difficile car si la prise du Jo n'est pas bien assurée, le choc occasionnera des blessures des deux côtés. Il est bon de pratiquer ce Kihon contre du bois mort pour vérifier la position des poignets ainsi que la précision de la technique.

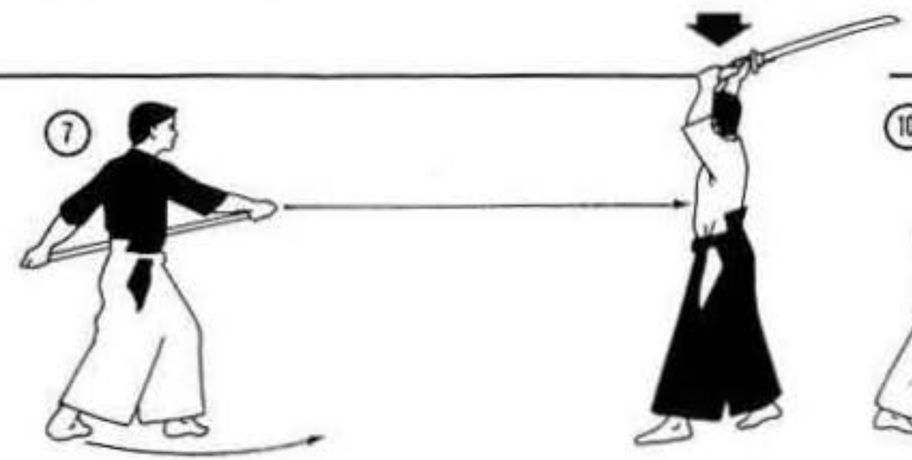
Shidachi : Ce Kihon est en tous points semblable au Tandoku. C'est un excellent exercice de Ki-musubi ou Ki-awase, car Shidachi doit retourner son arme vivement, mais seulement au moment où Uchidachi commence à lever son sabre, et non avant. Astreignez-vous à toucher le Suigetsu de votre adversaire à chaque coup (4 et 8), avec assez de force pour décourager toute attaque. Levez ensuite le Jo lentement, avec les deux mains, jusqu'au point Uto (5 et 9).

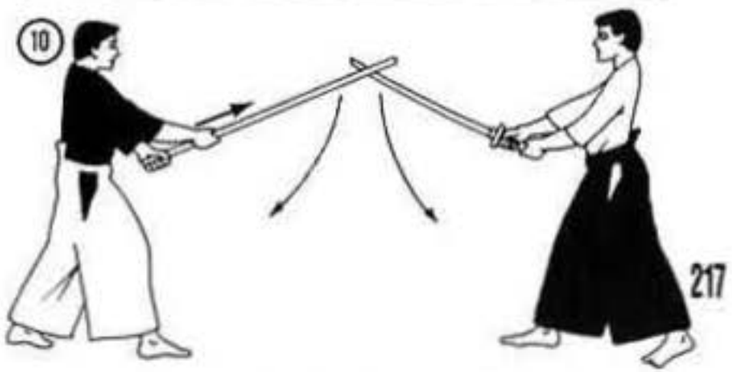
The first experience of a thrusting blow against a target, Kaeshi tsuki will at first seem difficult, yet extremely efficient due to its direct approach and its swiftness. It is difficult because if the Jo is not gripped tightly, the blow will provoke injuries to both parties. It is wise to practise this Kihon by striking a wooden plank to check both the position of the wrists and the accuracy of the technique.

Shidachi : This Kihon is in every way identical to the Tandoku. It is an excellent exercise in Ki-musubi or Ki-awase because Shidachi must draw the Jo back and round quickly, but only at the moment Uchidachi starts to raise his sword, and not before. Force yourself to make contact with your opponent's Suigetsu every time (4 and 8) with enough force to discourage any attack. Then slowly raise the Jo with both hands to the Uto point (5 and 9).



Ichi kôtai!

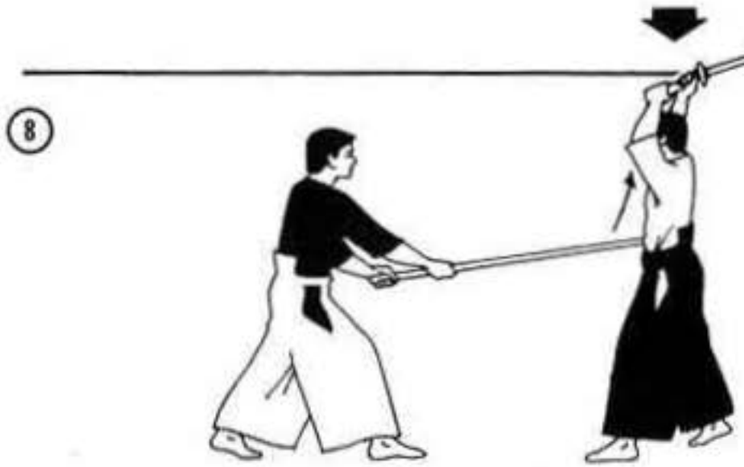


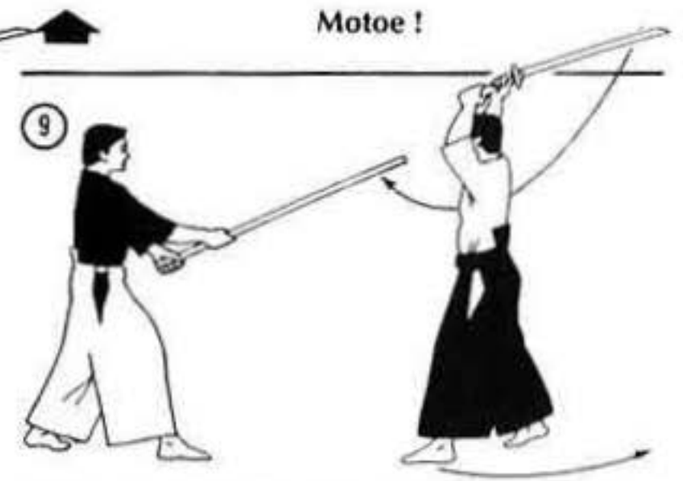


Uchidachi : Lors de la prise du Jôdan no kamae, reculez le pied droit (3), mais pas trop. N'oubliez pas que ce Kamae précède généralement une coupe vers l'avant. Une très légère absorption est permise (2 à 3 cm suffisent), lorsque le Jo entre en contact avec votre Suigetsu (4). Baissez ensuite votre Bokken en Awase en reculant le pied gauche (6). «Yame !» vous invite à réajuster pour Awase (10). Pas de Kiai de votre côté pour ce Kihon.

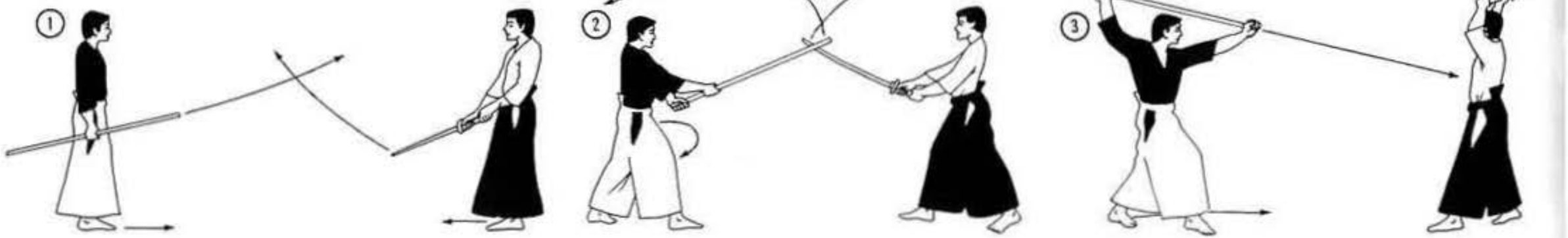
Uchidachi : When taking Jôdan no kamae, move the right foot back (3), but not too much. Do not forget that this Kamae is assumed for a forward cut. A little give is tolerated when the Jo comes into contact with your Suigetsu (4),(2 to 3 cm will do). Then, moving your left foot back, return to the Awase position. "Yame !" is the signal to take Awase (10). No Kiai on your side for this Kihon.

Motoe !





Yame !



Honte ni kamae ! | Gyakute tsuki, | Yôi ! | Hajime !

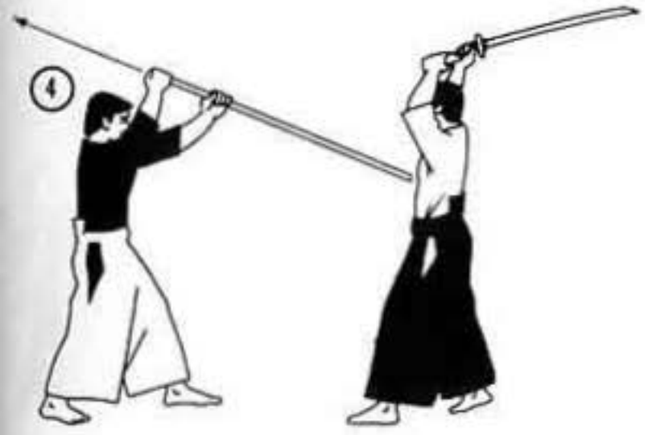
gyakute tsuki

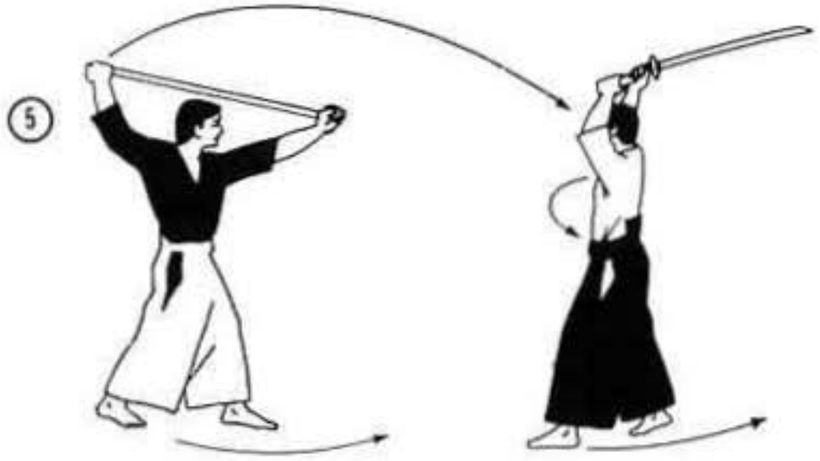
Ce Kihon comporte deux points similaires au Kihon précédent : le coup d'estoc et le pivot sur les hanches. Soyez tous deux attentifs à la deuxième partie du Kihon. En effet, ce Honte uchi qui tombe directement du ciel en Yokomen (environ 10 degrés à droite de la ligne centrale) est plus surprenant que lorsqu'il part depuis l'arrière de Shidachi. La moindre hésitation peut occasionner des blessures sérieuses.

Shidachi : Les points à observer particulièrement sont les suivants : une prise solide de la main droite sur le Jo (A) lors du Tsuki (4) ; la position de la main droite plus haute que la tête lors du Tsuki également ; enfin, à l'aller comme au retour, le Jo se trouve au-dessus de la tête (B). Le Honte uchi qui suit le Tsuki est fait dans un angle Yokomen avec l'intention d'atteindre le point Kasumi de l'adversaire. Autrement, ce Kihon ne diffère pas des Tandoku.

This Kihon comprises two points encountered in the previous Kihon: the thrusting blow and the swivel of the hips and feet. Both sides should pay careful attention to the second part of the Kihon. Indeed, the Honte uchi coming from directly above through a Yokomen angle (about 10 degrees on the right of the centre-line) is more unexpected than when it starts from behind Shidachi. The slightest hesitation can result in serious injury.

Shidachi : The particular points to watch are as follows : a solid grip of the Jo with the right hand (A) during the Tsuki (4), the position of the right hand should again be higher than the head during the Tsuki, and, going both forward and back, the Jo is held above the head (B). The Honte uchi which follows the Tsuki is given through a Yokomen angle with the intention of reaching your opponent's Kasumi point. This Kihon is otherwise no different from the Tandoku.

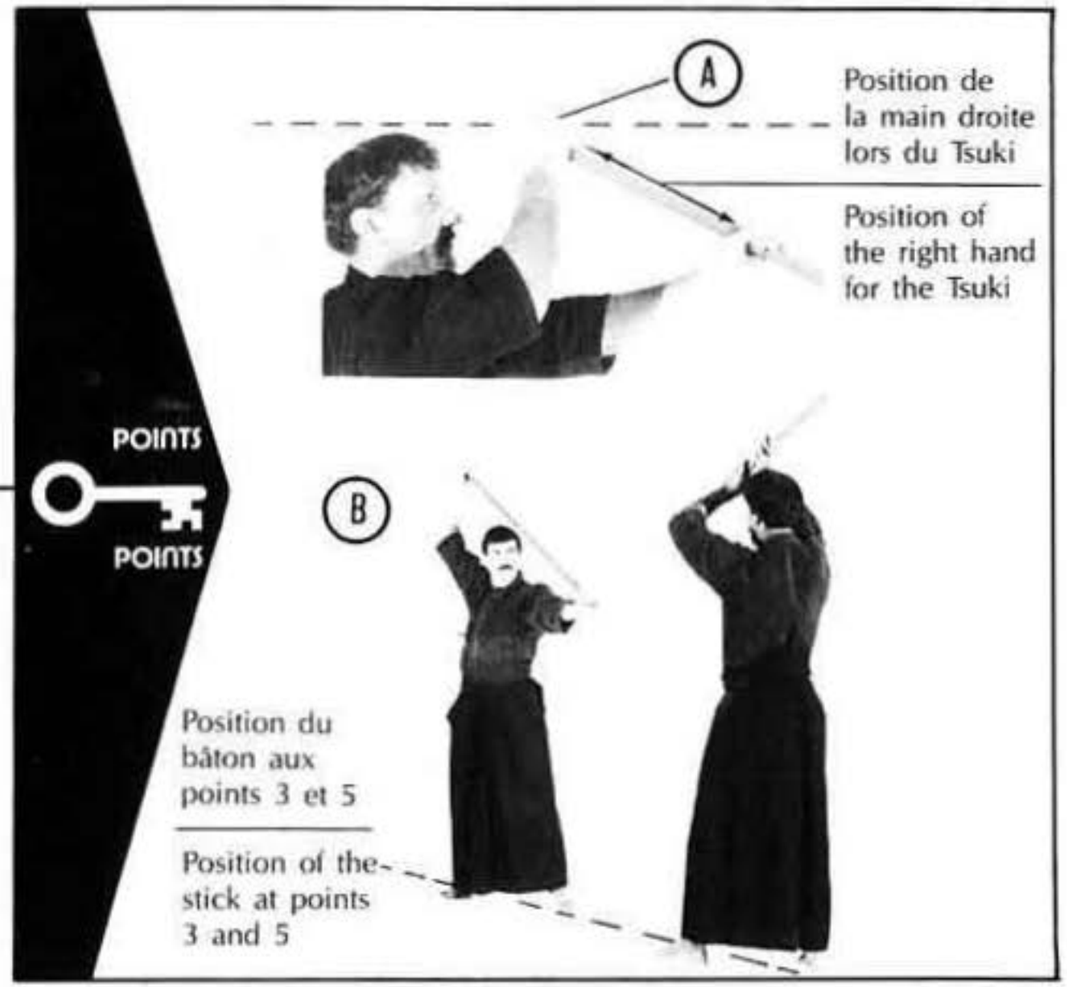


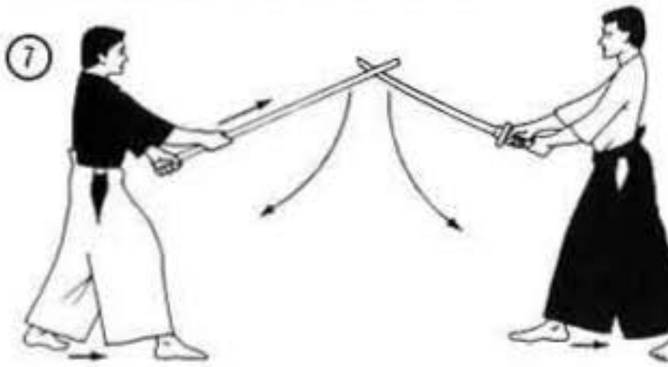


Yame !

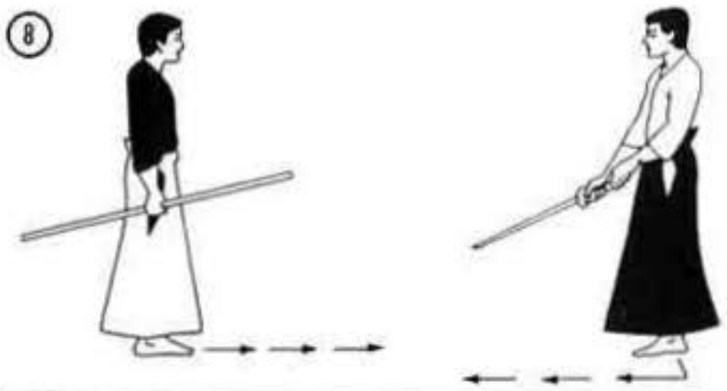
Uchidachi : Après avoir pris Jôdan no kamae (3) et absorbé le Tsuki (4), restez attentif à l'attaque de Shidachi. Pivotez légèrement en Hanmi et absorbez le Jo comme pour Gyakute uchi, en prenant bien soin de garder la Kissaki sur la ligne centrale (6). Réajustez chaque fois à la distance Awase avant de reprendre Jôdan no kamae (7). Pas de Kiai de votre côté pour ce Kihon.

Uchidachi : After taking Jôdan no kamae (3) and absorbing the Tsuki, beware of Shidachi's attack. Swivel slightly to Hanmi, and absorb the Jo as you did for Gyakute uchi, taking care to keep the Kissaki along the centre-line (6). Take up the Awase distance each time before assuming Jôdan no kamae (7). No Kiai on your side for this Kihon.





Motoe !



Ichi kôtai !

Honte ni kamae ! Maki otoshi, Yôi ! Hajime !

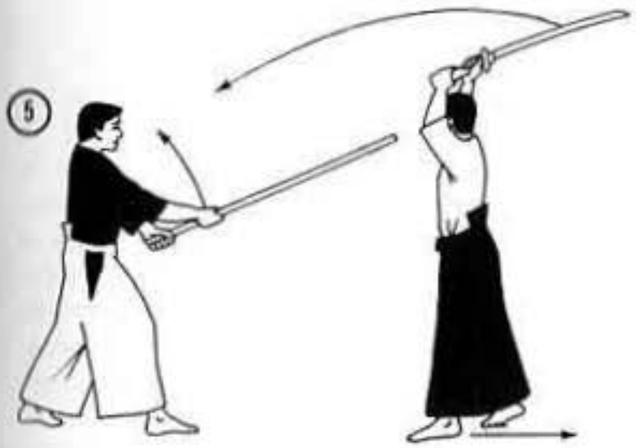
maki otoshi

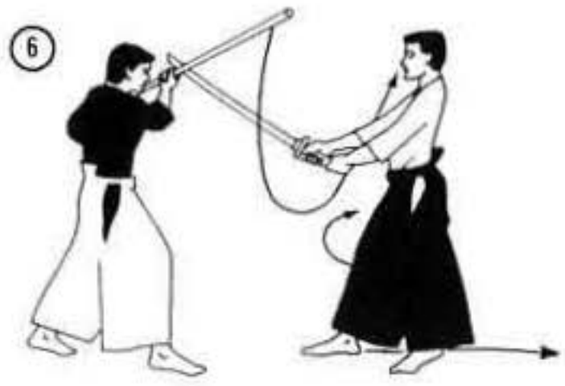
Avec Hiki otoshi uchi, Maki otoshi est un mouvement propre au Jodô. La longueur du Jo ainsi que sa forme ronde donnent à ce mouvement une efficacité diabolique. Dans la réalité, l'expérience a montré qu'une vraie lame ne pouvait pas couper le Jo si l'absorption musculaire et les angles de réception étaient correctement observés (A et B). Il est évident qu'un Jo rigide et immobile ne résistera pas à une coupe réelle.

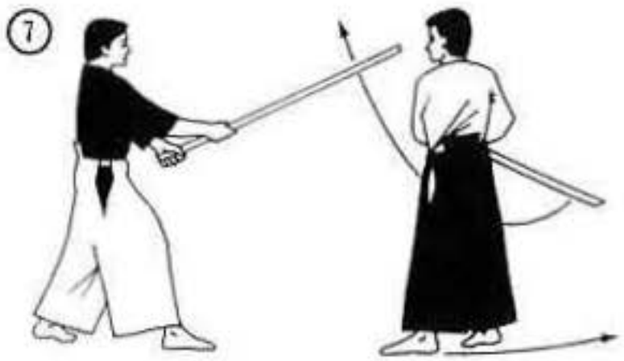
Shidachi : Pour absorber la coupe, les 4 règles suivantes sont à observer scrupuleusement : 1) recevoir la coupe sur au moins 10 cm de la lame par un mouvement en cuiller ; 2) maintenir un angle de 45 degrés (A) ; 3) un deuxième angle de 45 degrés (B) ; 4) absorber sans rigidité et laisser tout le réseau musculaire faire le travail. Lorsque vous avez chassé le Bokken vers l'arrière de Uchidachi, remontez avec le Jo le long de sa ligne centrale (voir Hiki otoshi uchi).

Along with Hiki otoshi uchi, Maki otoshi is a movement peculiar to Jodô. The length of the Jo as well as its round shape confer a extraordinary efficacy to this movement. In reality, experience has shown that a real blade could not cut the Jo if the muscular absorption and the blocking angles were applied correctly (A and B). It is evident that a rigid and immobile Jo will not withstand a real cut.

Shidachi : In order to absorb the blow, the following four rules must be scrupulously observed : 1) take the blow of the cut over at least 10 cm of the blade with a scooping movement ; 2) maintain an angle of 45 degrees (A) ; 3) maintain a second angle of 45 degrees (B) ; 4) absorb the blow without stiffness and let the whole muscular build do the work. When you have whipped the Bokken down and to the opponent's rear, move the Jo up his centreline (see Hiki otoshi uchi).



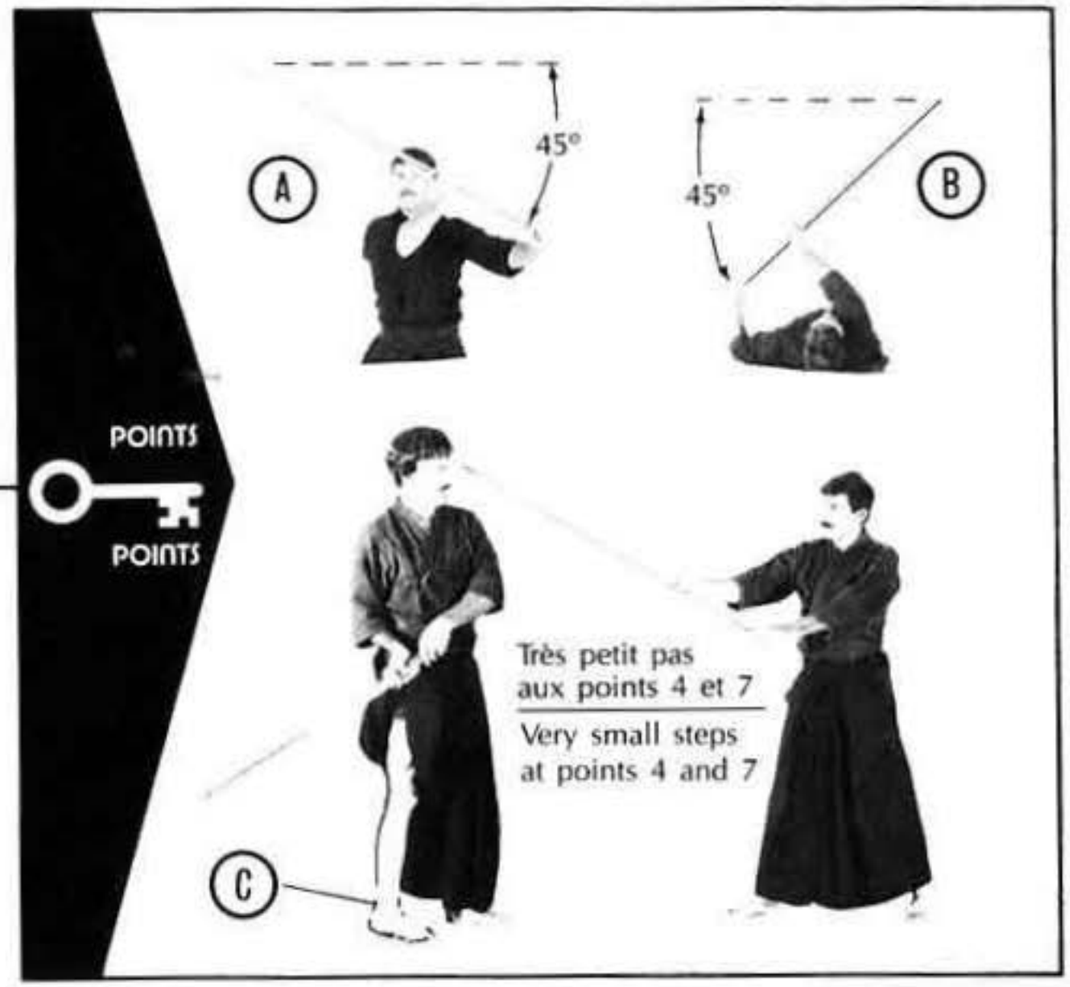


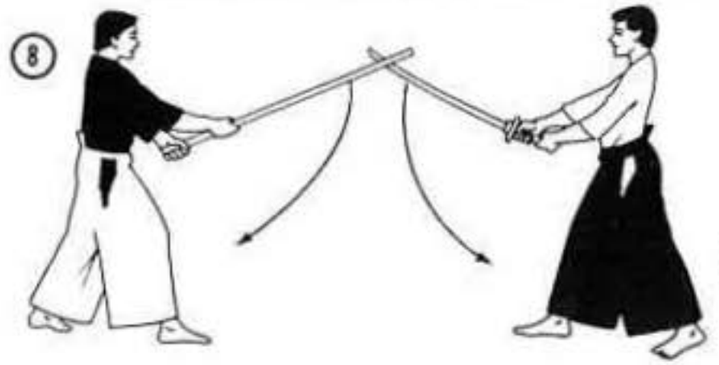


Yame !

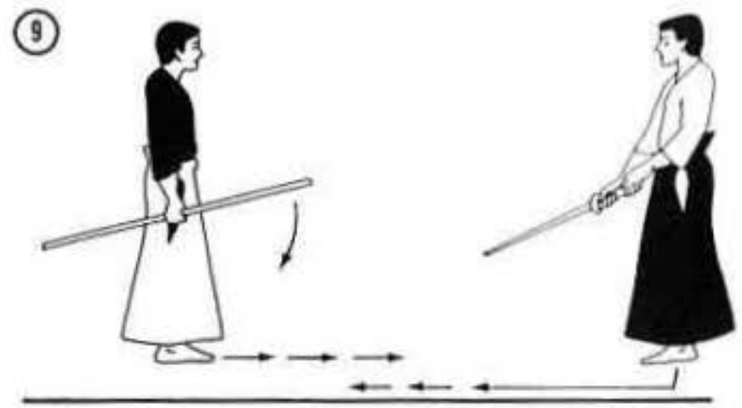
Uchidachi : Après la prise du Kamae (2), avancez profondément en Tsugi ashi en faisant glisser votre lame sur le Jo (3). Lorsque votre arme est «fouettée» sur votre arrière-droit, reculez le pied droit, mais très légèrement (C), et contrôlez le Bokken en Wakigamae (4). Coupez ensuite en Shômen avec un Kiai (Eéit !) en reculant le pied gauche de la même façon que le droit (6). Ces petits pas vous permettront de ne pas rompre le Ma-ai.

Uchidachi : After taking Kamae (2), move deeply forward in Tsugi ashi, sliding your blade on the Jo (3). When your weapon is whipped to your right, move the right foot back slightly (C) and control the Bokken in Wakigamae (4), then cut through a Shômen angle with a Kiai (Eéit !), moving the left foot back in the same way as the right (6). These small steps will allow you not to break the Ma-ai.





Motoe !



Ichi kôtai!

Position au point 8

Position at point 8

Kuri tsuke est l'interception d'une coupe Shômen entre les mains de l'adversaire. Le mécanisme de cette technique doit fonctionner avec une grande précision et, l'expérience ayant démontré que ce Kihon et les deux suivants posent souvent des problèmes, les deux pages suivant ce Kihon ont été consacrées à des explications plus détaillées. Pour que la technique soit bien visible, j'en ai fait le tour à la manière d'une caméra. Bien que le Ma-ai le permettrait, pas de Awase à la fin de ce Kihon.

Shidachi : Une fois le choc absorbé (7), avancez votre pied droit vers le centre de l'adversaire en rabattant énergiquement son arme contre lui en un court demi-cercle (8). Puis continuez à le contrôler jusqu'à ce qu'il désengage. Levez votre arme vers le point Uto en Gyakute no kamae (10), tournez votre main en position Honte (11), et replacez-vous sur la ligne centrale en Tsune no kamae (12).

Uchidachi : Après que votre Bokken ait été intercepté, relâchez légèrement la pression pour que la technique puisse se poursuivre sans trop de lutte musculaire. N'oubliez pas qu'en réalité, vos mains et vos coudes seraient sérieusement blessés. Pour éviter les hématomes, faites en sorte que la pression du Jo se fasse continuellement sur le Tsuka (7 et 8). Reculez en Ayumi ashi comme indiqué aux pages suivantes, et replacez-vous sur la ligne centrale en Hasso no kamae (9 à 12).

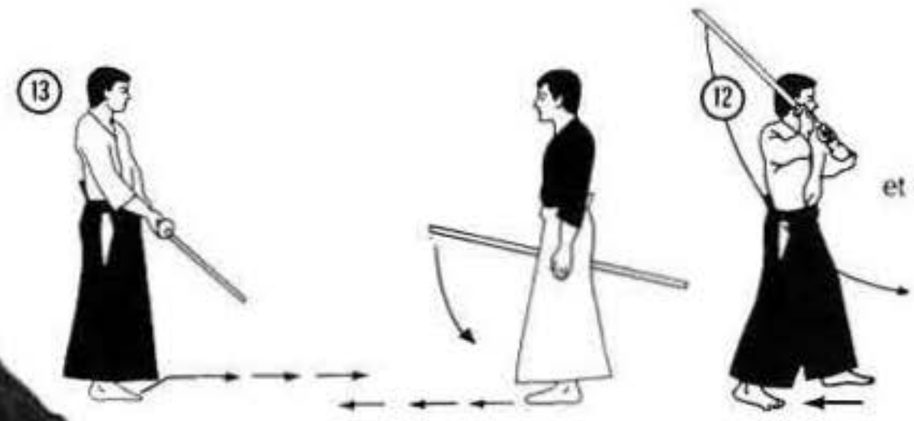
kuri tsuke

POINT

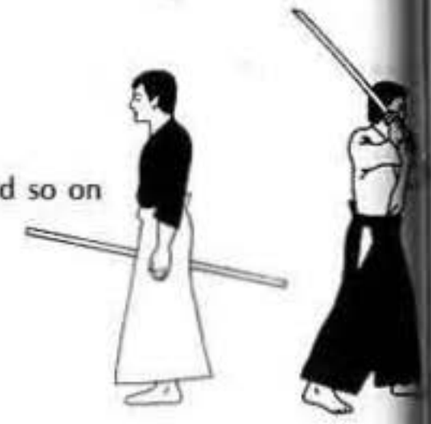
POINTS

Deux angles différents de la position au point 7

Two different views of the position at point 7

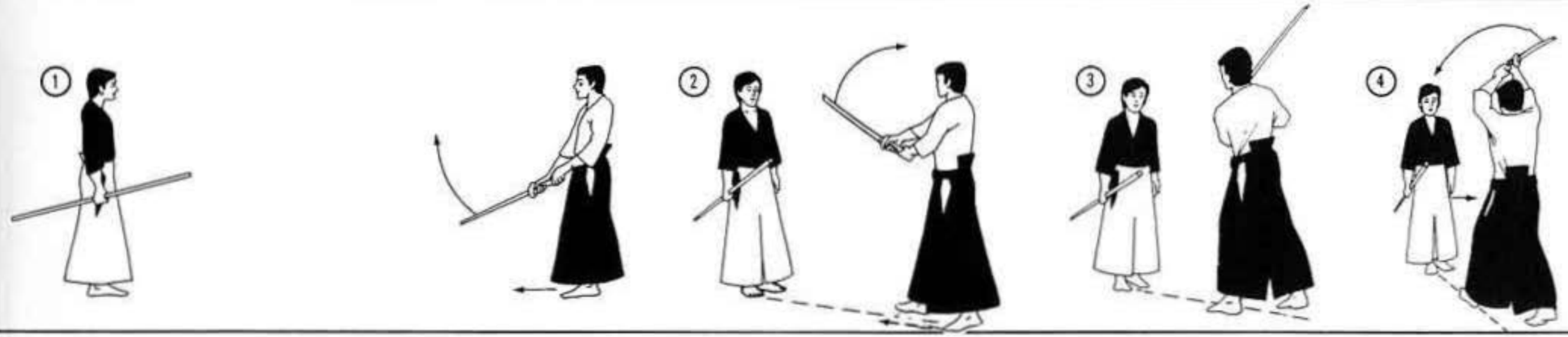


et ainsi de suite/and so on



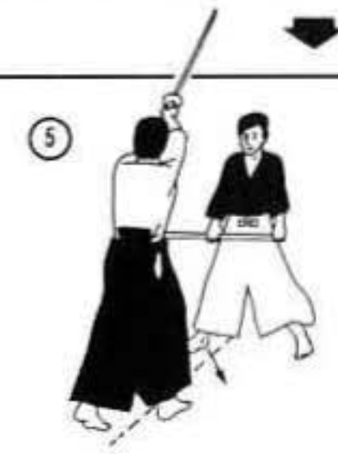
Ichi kôtai !

Motoe !



Kuri tsuke, Yôi !

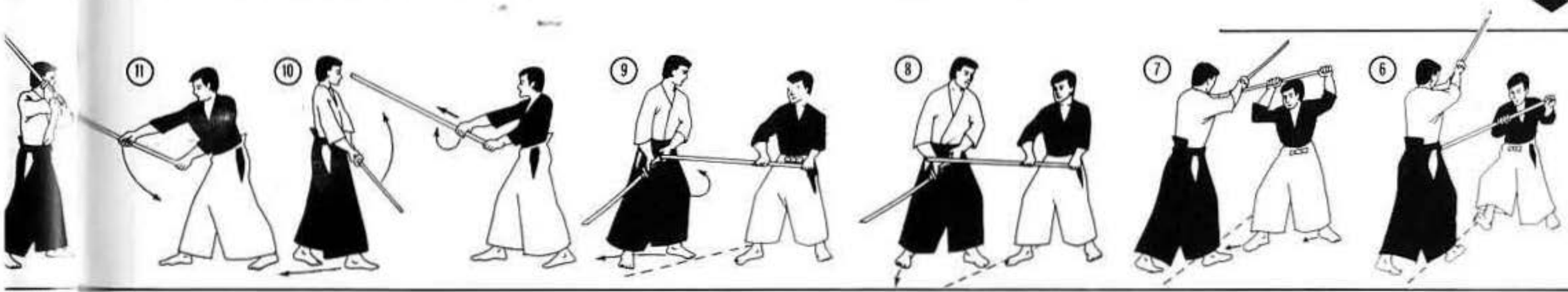
Hajime !



Kuri tsuke is the interception of a Shômen cut between the opponent's hands. The mechanics of this technique must function with great precision. Experience has shown that this and the next two Kihon often pose problems. The two pages following this Kihon give a more detailed description. As if carrying a movie camera, I went around the technique to make it clearer. Although the Ma-ai would allow it, no Awase at the end of this Kihon.

Shidachi : Having absorbed the blow (7), move the right foot towards the centre of your opponent and lock his weapon against him with a short semi-circular movement (8). Then keep him under control until he manages to free himself. Raise the Jo to his Uto point in a Gyakute no kamae grip (10), turn the right hand into a Honte grip (11) and assume Tsune no kamae whilst returning to the centre-line (12).

Uchidachi : After your Bokken has been intercepted, relax the pressure slightly so that the technique may be pursued without too much muscular effort. Do not forget that in reality your hands and elbows would be badly injured. To avoid bruising, try to take pressure from the Jo continually on the Tsuka (7 and 8). Retreat in Ayumi ashi as shown on the following pages, and take up Hasso no kamae on the centre-line (9 to 12).



Yame !

Détails complémentaires concernant Kuri tsuke, Kuri hanashi et Tai atari.

L'expérience a montré que ces trois techniques sont souvent mal exécutées. Dans la plupart des cas, cela provient d'une mauvaise interprétation du Ma-ai. Si la coupe n'est pas correcte (trop longue ou trop courte), tout le reste de la technique en est affecté. Il est donc très important de respecter l'écartement et la direction des pas comme indiqué ci-contre.

Pour bien comprendre le début de ces trois techniques, je préconise que Uchidachi se munisse de Kote (gants) de Kendô, et qu'il effectue des coupes réelles avec l'intention de terminer au niveau du Suigetsu. Shidachi aura alors tout le loisir de s'apercevoir qu'à la moindre erreur d'alignement, sa technique sera comme écrasée, et la coupe passera au travers.

Il est donc primordial que Uchidachi coupe avec le Monouchi de son arme et que Shidachi respecte les points suivants : lorsque le Jo est au-dessus de la tête, la main droite est plus près de la tête que la gauche ; poitrine, hanches et pieds parfaitement alignés sous le Jo ; et finalement, les poignets droits (voir points-clé des Tandoku).

Jusqu'à l'interception, ces trois Kihon sont identiques. Après ce premier contact, la direction des pas et le travail des bras changent. Pour les pas, inspirez-vous des schémas ci-contre, pour le travail du haut du corps, référez-vous au Kihon proprement dit.

On ne croise pas les armes (Awase) à la fin de ces trois Kihon *. Avant chaque attaque, Uchidachi prendra soin d'attendre que Shidachi soit prêt. Il ne s'agit pas de Kata, mais de mouvements éducatifs.

* Etant donné que le Ma-ai le permet, il est acceptable de croiser (Awase) les armes à la fin de Kuri tsuke.

Coupe éducative
avec des gants de Kendô

Practice cut
with Kendô gloves

Further information concerning Kuri tsuke, Kuri hanashi and Tai atari.

Experience has shown that these three techniques are often poorly carried out. In most cases this is due to a bad understanding of the Ma-ai. If the cut is not right (either too long or too short), the rest of the technique suffers. It is therefore of utmost importance that the proper length and direction of the steps be observed as shown in the diagrams opposite.

To get a proper idea of the beginning of these three techniques, I recommend that Uchidachi wear Kendô Kote (gloves) and that he practises real cuts aimed and finishing at the Suigetsu level. Shidachi will then have every opportunity to realize that the slightest error of alignment will demolish his technique and that the cut will go straight through.

It is therefore essential that Uchidachi cut with his weapon's Monouchi and that Shidachi respect the following points : when the Jo is above his head, the right hand must be closer to his head than the left, chest, hips and feet are exactly aligned under the Jo ; and, lastly, the wrists are held straight (see the key-points to the Tandoku).

Up until the interception, these three Kihon are identical. After this point, the direction of the steps and the work of the arms change. The facing diagrams outline the moves of the steps. Refer to each particular Kihon for the work of the upper part of the body.

Weapons are not crossed (Awase) at the end of these three Kihon *. Before each attack, Uchidachi should make sure that Shidachi is ready. This is not Kata, it is training.

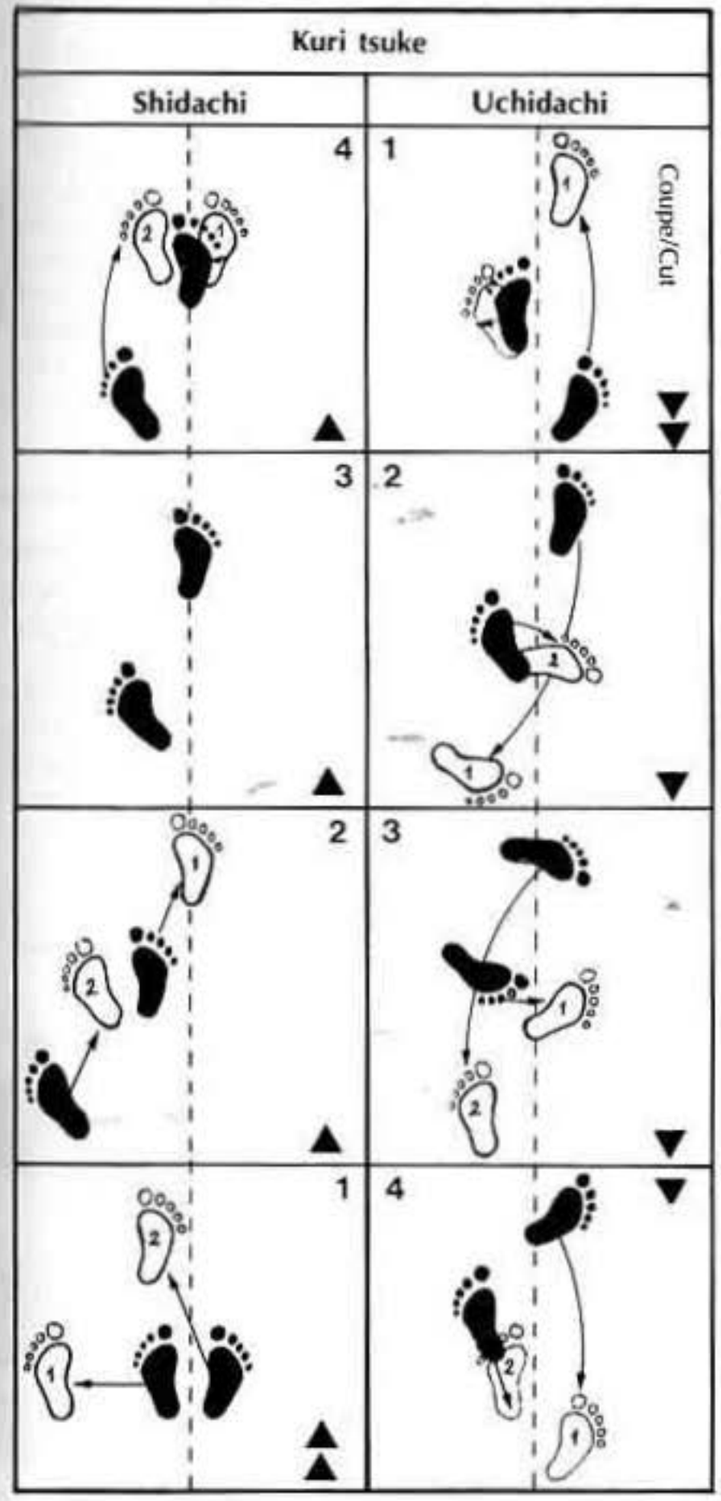
* Since the Ma-ai allows it, the crossing (Awase) of the weapons at the end of Kuri tsuke is accepted.

Trajectoire du bâton jusqu'au point d'interception

Trajectory of the stick up to interception

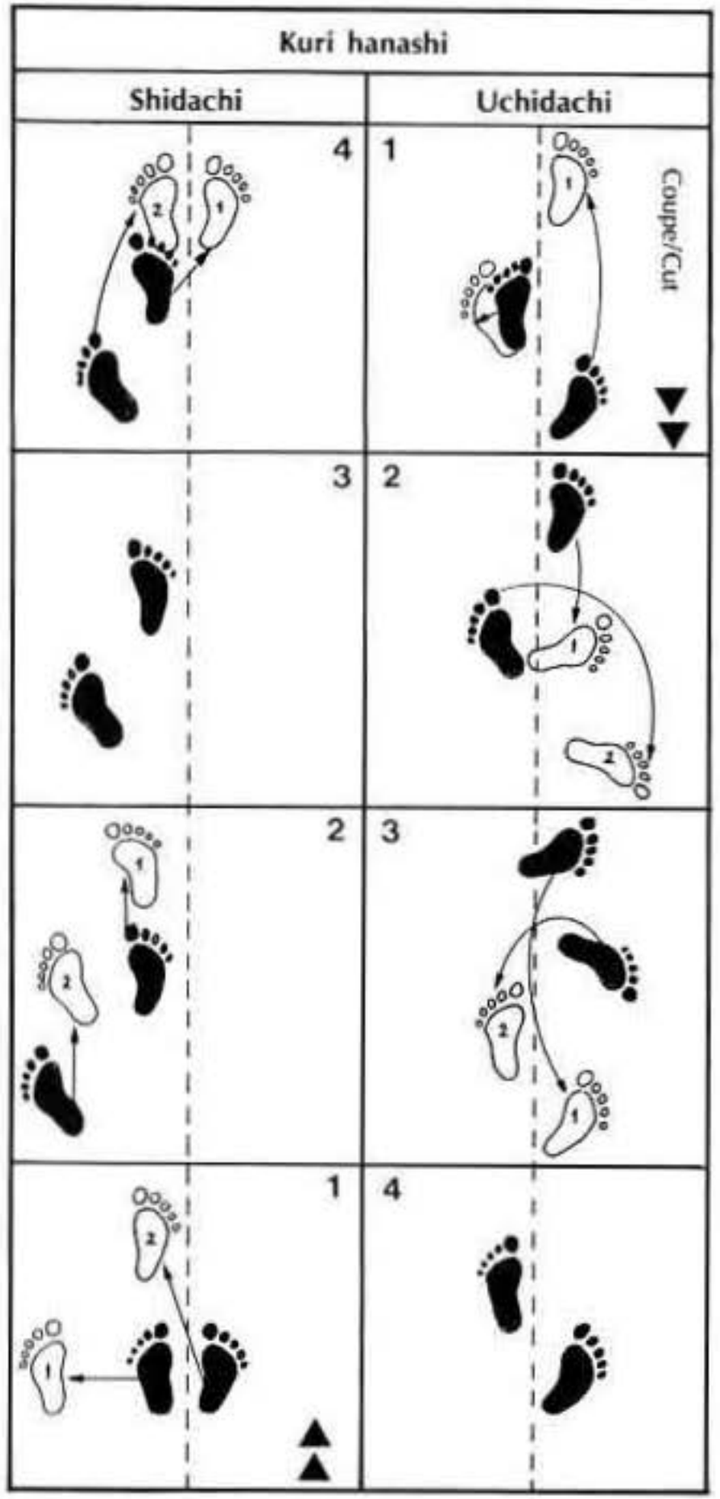
Kuri tsuke

Shidachi	Uchidachi	
4	1	Coupe/Cut
3	2	
2	3	
1	4	



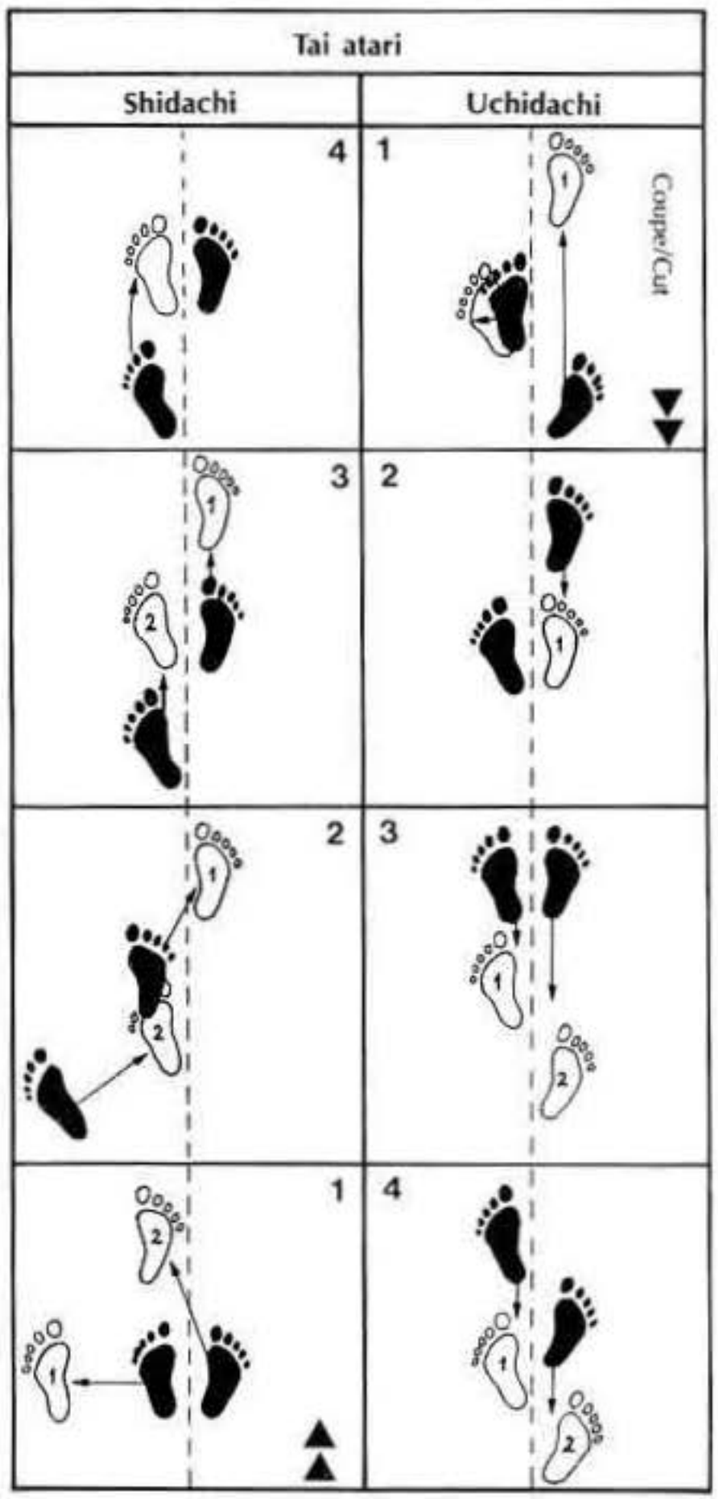
Kuri hanashi

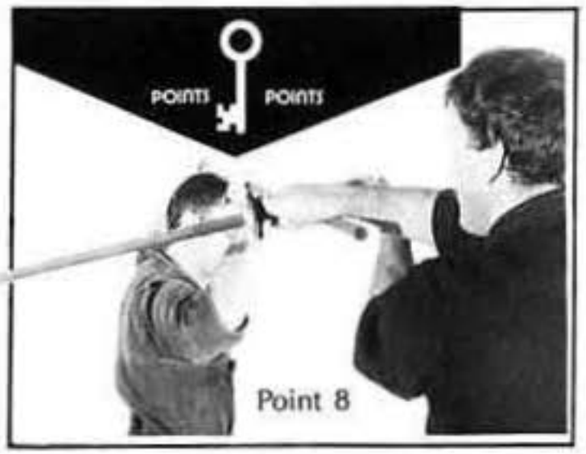
Shidachi	Uchidachi	
4	1	Coupe/Cut
3	2	
2	3	
1	4	



Tai atari

Shidachi	Uchidachi	
4	1	Coupe/Cut
3	2	
2	3	
1	4	



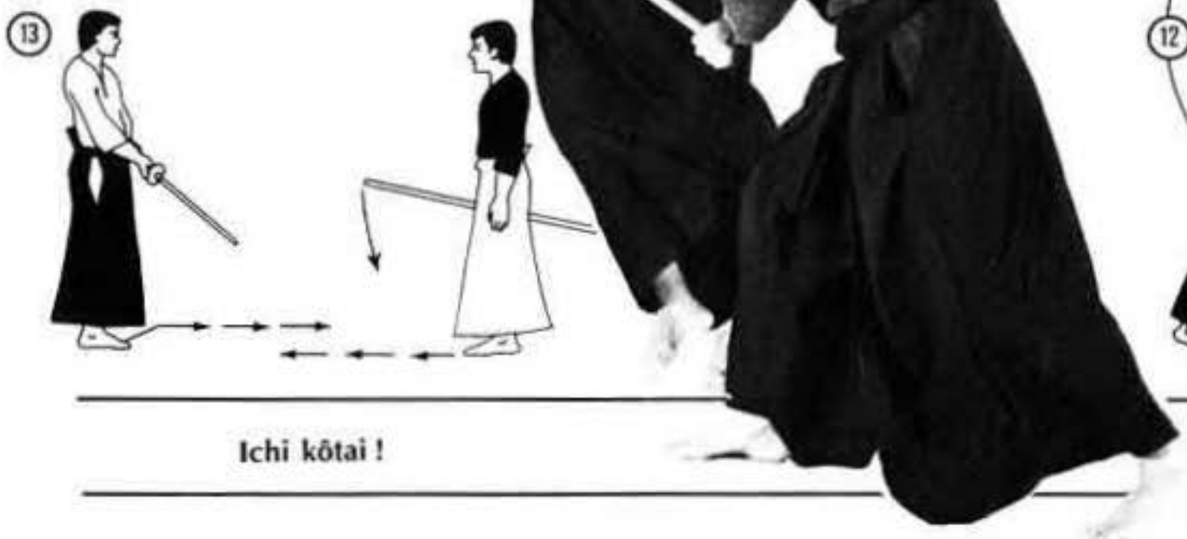


Le début de ce Kihon est identique au précédent. Référez-vous aux pages précédentes pour les détails. Kuri hanashi est la première technique de désengagement complet. On y repousse Uchidachi très énergiquement. Celui-ci devra apprendre à dominer cette formidable poussée à l'aide de pas bien précis (voir schéma page 225). Pas de Awase à la fin de ce Kihon.

Shidachi : Une fois l'interception assurée, attendez que Uchidachi couche le Bokken sur le côté pour tenter une coupe vers l'arrière de votre tête (8). A ce moment, avancez votre pied droit à côté de son pied droit en pivotant sur les hanches dans sa direction (A), et sans baisser les bras, puis, à ce moment-là seulement, repoussez-le avec un puissant Gyakute uchi (9). L'extrémité du Jo ne descend pas plus bas que le niveau Uto (10) (B). Gardez le contrôle (11), et remettez-vous en Tsune no kamae sur la ligne centrale (12).

Uchidachi : Après que votre arme ait été interceptée, couchez la lame, le tranchant contre Shidachi, et esquissez le début d'une coupe vers sa nuque (8). Lorsque vous êtes repoussé, laissez votre corps réagir naturellement : pied droit d'abord (9), pied gauche ensuite, par devant le pied droit (10), puis encore le pied droit pour vous retrouver en Hasso no kamae, prêt pour une nouvelle attaque (11). «Yame !» vous invite à reprendre la position Hodoku, sans Awase (13).

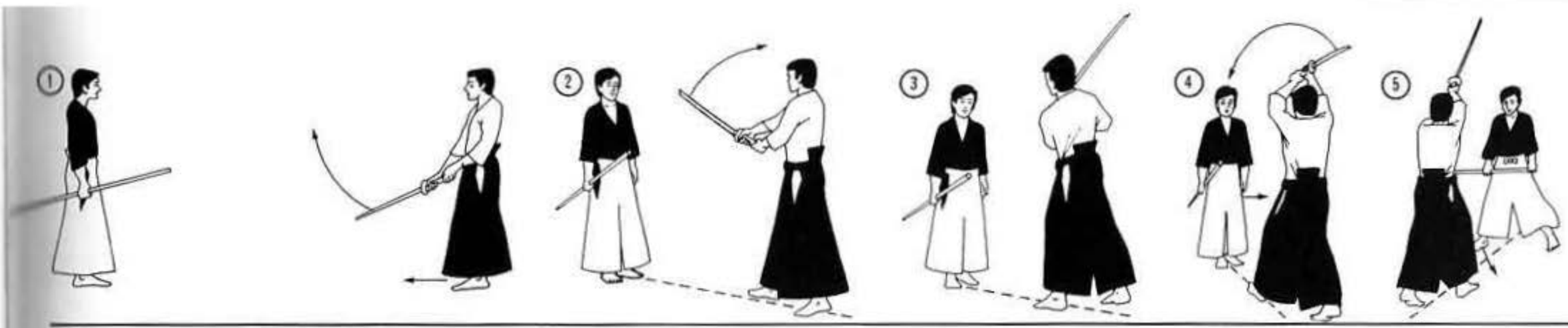
kuri hanashi



Ichi kôtai !

Motoe !

Yame !



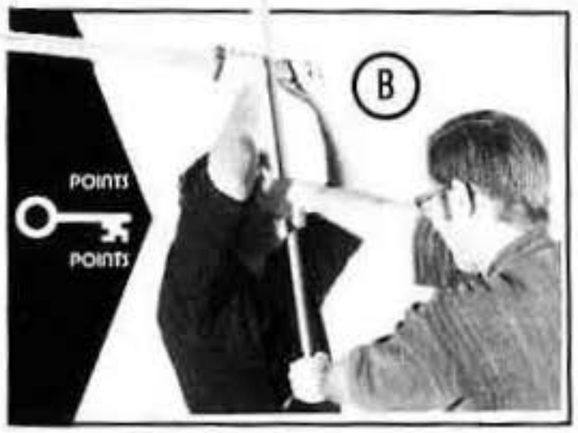
Kuri hanashi, Yôi !

Hajime !

The start of this Kihon is identical to the previous one. Refer to the previous pages for the details. It is the first technique of total disengagement. Uchidachi is repelled with a powerful movement and will have to learn how to overcome it using accurate steps (see diagram page 225). No Awase at the end of this Kihon.

Shidachi : Having assured the interception, wait until Uchidachi turns the Bokken on its side to attempt a cut behind your head (8). At that moment, move the right foot to the side of his right foot and swivel the hips towards him (A) without dropping the arms, and, only then, whip him away with a powerful Gyakute uchi (9). The end of the Jo does not drop below the Uto level (10) (B). Keep control (11) and return to the centre-line in Tsune no kamae (12).

Uchidachi : After your weapon has been intercepted, lay the blade on its side with the cutting edge facing towards Shidachi, and begin a cut towards the nape of the neck (8). When your right arm is whipped back, let your body react naturally. Right foot first (9), then the left in front of the right (10), then again the right to find yourself in Hasso no kamae, ready for another attack (11). "Yame !" is the order to take the Hodoku position, without Awase (13).



Le début de ce Kihon est identique aux deux précédents. Référez-vous aux pages précédentes pour les détails. C'est le premier et le seul Kihon où l'on entre en contact avec le corps de l'adversaire, en l'occurrence, un Atemi au niveau du Suigetsu avec la main gauche, et un autre à la base du nez avec la main droite. Tai atari vise au même résultat que Kuri hanashi : un désengagement complet où Uchidachi se retrouve à une distance trop éloignée pour couper (10). Pas de Awase dans ce Kihon.

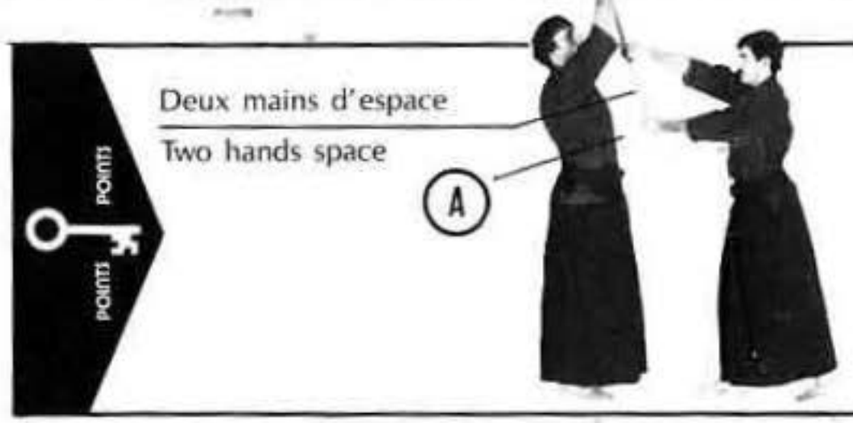
Shidachi : Une fois l'interception assurée, votre main gauche descend prestement au niveau du Suigetsu de Uchidachi, mais sans contact (A) et en même temps que vous revenez sur la ligne centrale (8). Les deux bras sont tendus (points-clé des Tandoku). Percutez ensuite Uchidachi sans plier les bras avec un Tsugi ashi vers l'avant (9), et descendez le Jo doucement jusqu'au point Uto (10). Remettez-vous en Tsune no kamae sur la ligne centrale où vous devriez déjà vous trouver (12).

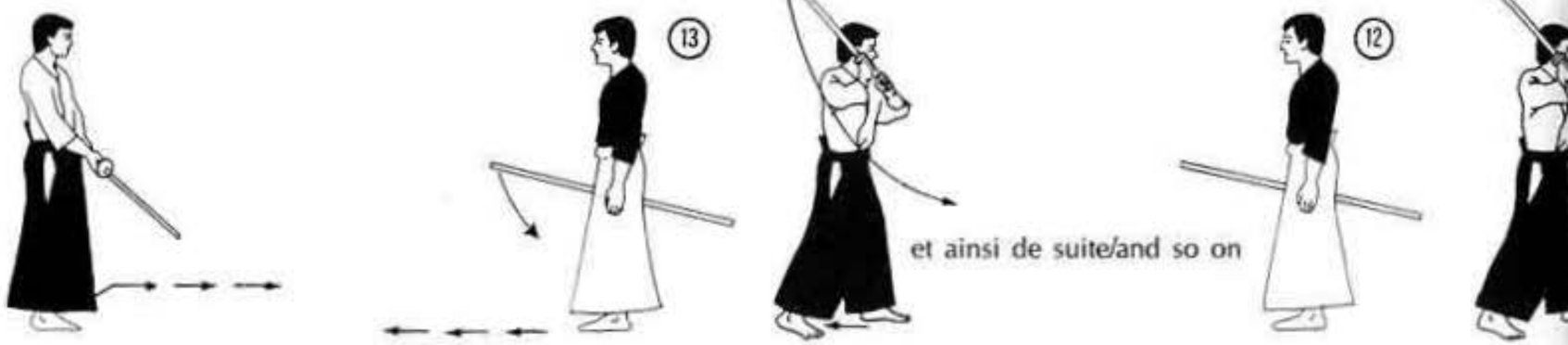
Uchidachi : Après l'interception, sous poussée de bas en haut de Shidachi, tene le Bokken au-dessus de votre tête (8), pointe sur votre droite (B). Simultanément, joignez les pieds vers l'arrière. Acceptez l'Atemi de Shidachi et reprene contrôle de votre équilibre en faisant ques pas courts en Ayumi ashi vers l'arrière, jusqu'à ce que vous vous trouvie à la bonne distance en Hasso no kama (10). Pas de Awase. «Yame !» vous invite reprendre la position Hodoku (13).

tai atari

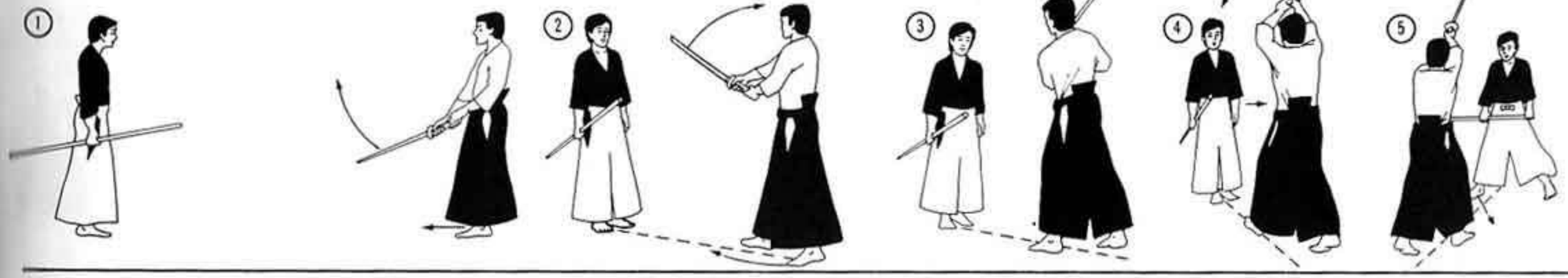
NOTE — Entre le point 7 et le point 8, réduisez l'espace entre vos mains en poussant le Jo vers le haut.

NOTE — Between points 7 and 8, reduce the space between your hands by pushing the Jo upwards.





Ichi kôtai ! **Motoe !**



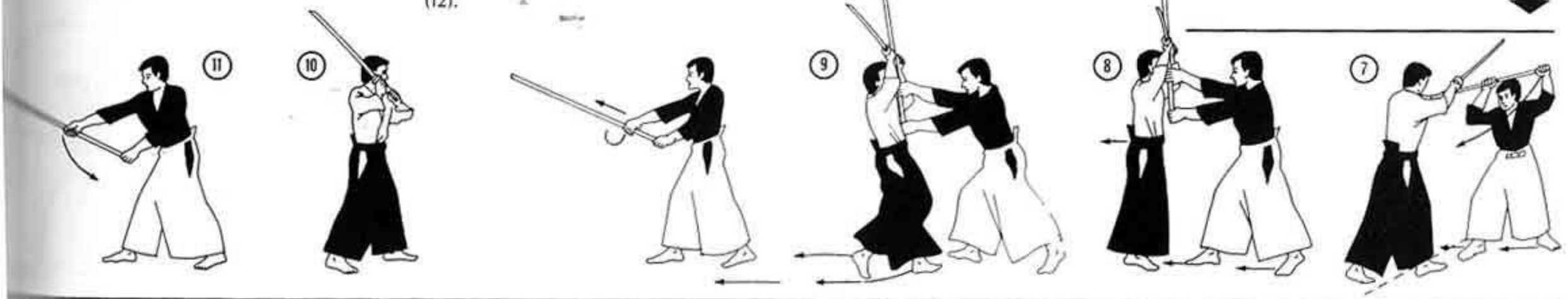
Tai atari, Yôi !

Hajime !

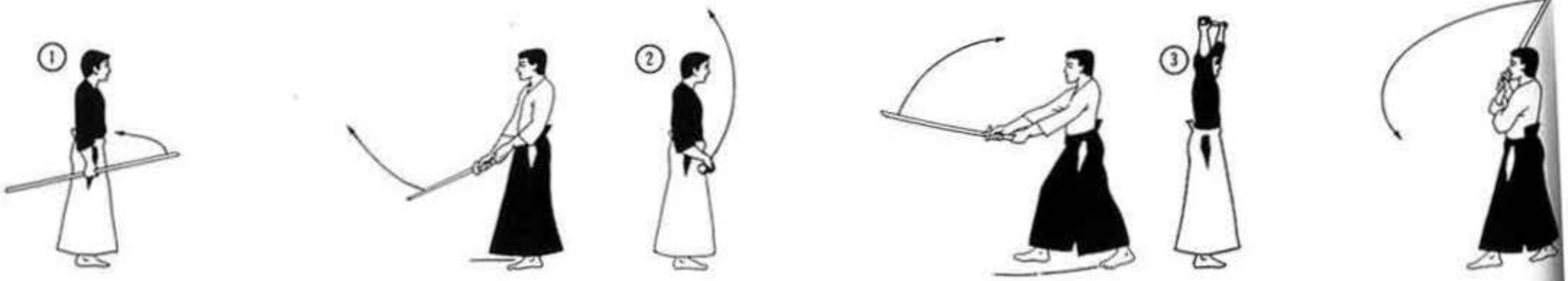
The start of this Kihon is identical to the two previous ones. Refer to the previous pages for the details. It is the one and only Kihon which includes a body contact, in this case an Atemi at the Suigetsu level with the left hand, and another one at the nose with the right hand. Tai atari seeks the same result as Kuri hanashi : a complete disengagement in which Uchidachi finds himself too far away to cut properly (10). No Awase at the end of this Kihon.

Shidachi : Having assured the interception, move the left hand quickly down to Uchidachi's Suigetsu level, but without making contact (A), and at the same time, move back to the centre-line (8). Both arms are extended (Tandoku key-points). Then strike Uchidachi with a forward Tsugi ashi without bending the arms (9), and slowly lower the Jo to his Uto point (10). Return to Tsune no kamae on the centre-line where you should already be standing (12).

Uchidachi : After the interception, under Shidachi's upward push, hold the Bokken above your head (8), the tip to your right (B). At the same time, bring the feet together (the right foot goes back). Absorb Shidachi's Atemi and regain your balance by taking a few short steps backwards in Ayumi ashi, until you are at the proper distance in Hasso no kamae (10). Take the Hodoku position at "Yame!" (13).



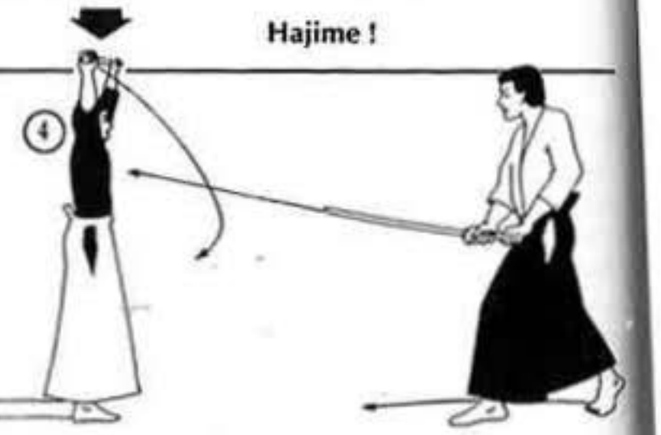
Yame !

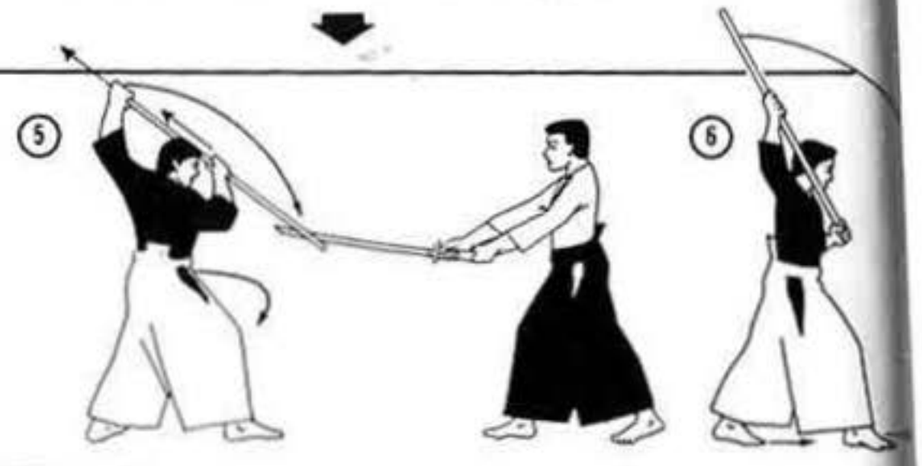


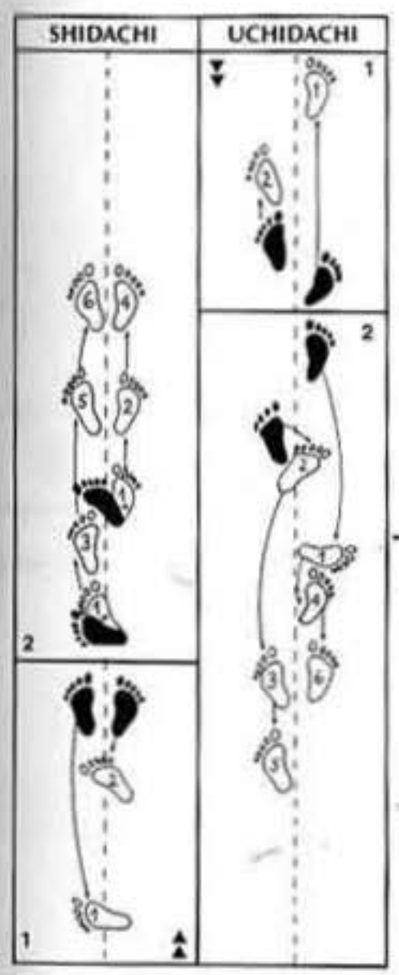
Tsuki hazushi uchi, Yôi !

Hajime !

tsuki hazushi uchi







La position pieds joints avec tout le corps offert à un coup d'estoc est une position très inconfortable au début. Cette technique consiste à attirer Uchidachi en créant une ouverture très visible, puis à le déséquilibrer en faisant un grand pas vers l'arrière tout en canalisant son attaque. La soudaine contre-attaque vers l'avant avec un puissant Hiki otoshi uchi prendra Uchidachi à contre-pied et aura pour résultat de le déstabiliser.

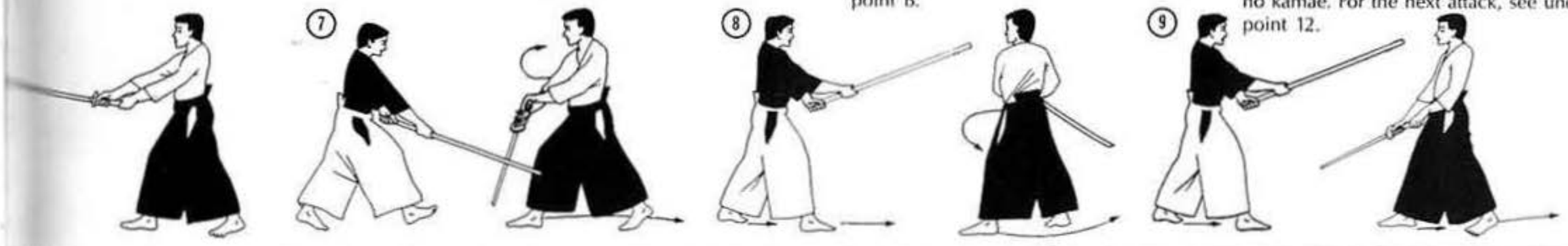
Shidachi : Ce Kihon ne diffère pas des Tandoku sauf qu'à deux reprises, le Jo entre en contact avec le Bokken (5 et 7). Au point 5, veillez à ne pas heurter le Bokken perpendiculairement, mais à le canaliser dans la même direction, sur la ligne centrale (A), alors que votre position Hanmi vous a placé légèrement à droite de cette ligne centrale que vous occupiez auparavant. Au point 6, conservez le même angle qu'au point 5. Aux points 7 et 9, veillez à faire deux Tsugi ashi bien distincts. Pour le deuxième Kamae, voir point-clé B.

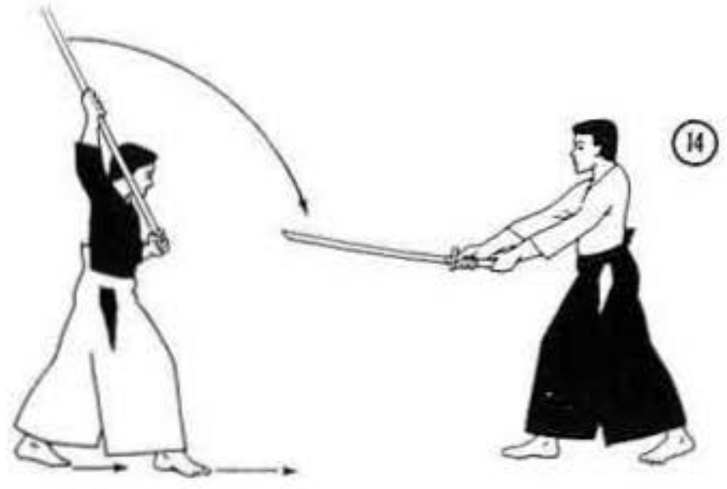
Uchidachi : Au point 3, menacez Shidachi, à distance, d'un lent Kesa giri sans avancer le pied droit, et placez votre arme sur votre hanche gauche, la pointe dirigée vers le Inazuma gauche de votre adversaire (4). Après le Tsuki (Kiai : Hoot !), la lame légèrement tournée vers la droite, restez où le Jo vous a contrôlé et attendez le Hiki otoshi uchi que vous absorberez avec un Ayumi ashi du pied droit (8), suivi aussitôt par le pied gauche (9) quand Shidachi s'avance une deuxième fois. Maintenez le Bokken en Gedan no kamae. Pour l'attaque suivante, voir sous point 12.

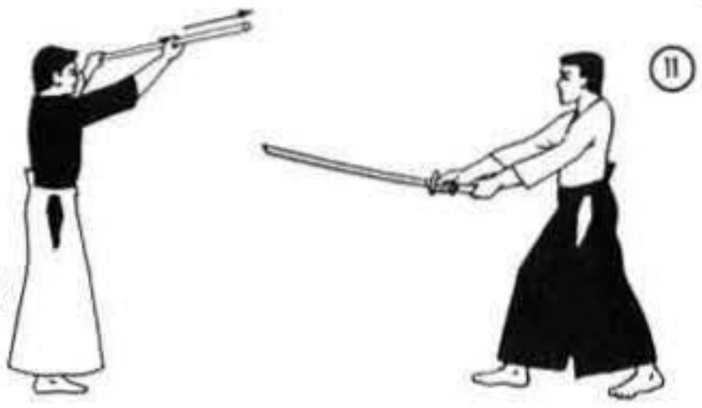
Standing with the feet together and leaving the body exposed to a thrusting blow can be very unnerving at first. This technique consists of drawing Uchidachi towards a very visible opening and to then "pull" him off balance by stepping back. The sudden forward counter-attack combined with a powerful Hiki otoshi uchi will wrong-foot Uchidachi and will provoke his losing balance once more.

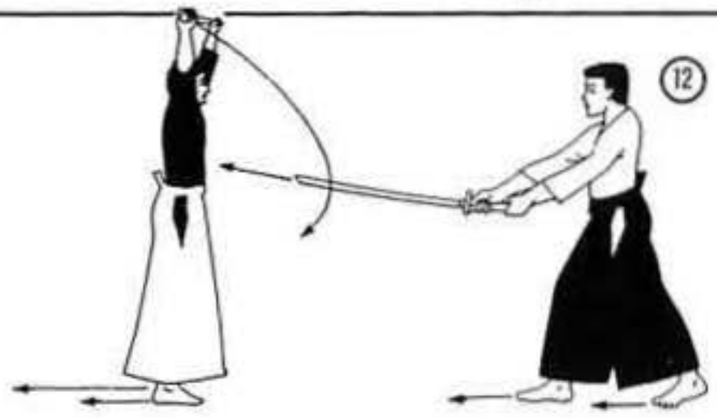
Shidachi : This Kihon is no different from the Tandoku apart from the fact that, on two occasions, there is contact with the Bokken (5 and 7). At point 5, take care not to strike the Bokken perpendicularly, but channel it in the same direction on the centre-line (A) whereas your Hanmi posture has positionned you slightly on the right of the centre-line you occupied a moment before. At point 6, keep the same angle as at point 5. At points 7 and 9, take care to make two well separated Tsugi ashi. For the second Kamae, see key-point B.

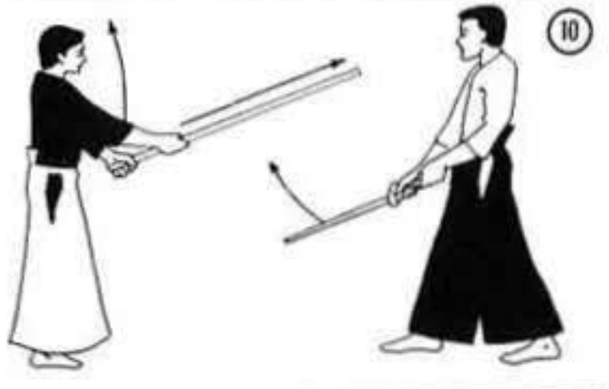
Uchidachi : At point 3, threaten Shidachi from a safe distance with a slow Kesa giri without moving the right foot forward, and place your weapon on your left hip, Kissaki pointed towards Shidachi's left Inazuma (4). After the Tsuki (Kiai : Huut !), with the blade turned slightly to the right, stay at the point where the Jo channelled you and wait for the Hiki otoshi uchi which you will absorb in Ayumi ashi with the right foot (8), followed immediately by the left the moment Shidachi advances a second time (9). Keep the Bokken in Gedan no kamae. For the next attack, see under point 12.







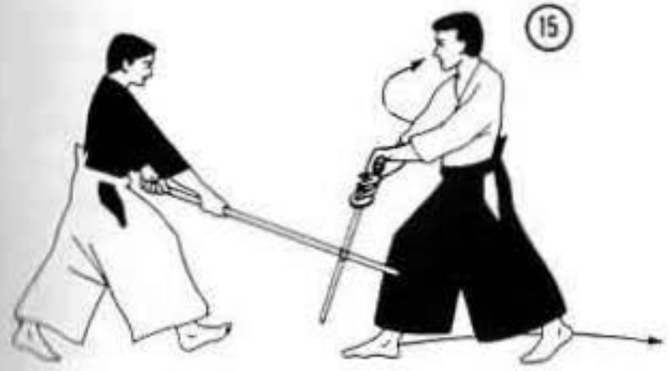


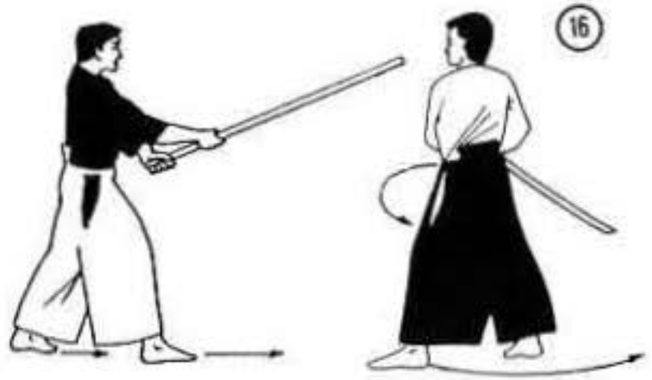


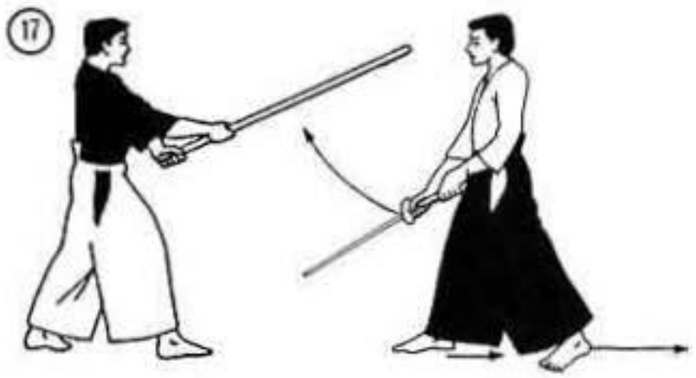
Uchidachi — Second Tsuki

De Gedan no kamae, ne revenez pas au point 4, mais prenez Chûdan no kamae en réajustant la distance (env. 1 m de la Kissaki à la cible) par un petit Tsugi ashi vers l'arrière. Laissez le temps à Shidachi de reprendre Ichi monji no kamae.

From Gedan no kamae, do not return to point 4 but assume Chûdan no kamae, resetting the distance (about 1 m between the Kissaki and the target) by a small Tsugi ashi backwards. Give Shidachi time to assume Ichi monji no kamae.



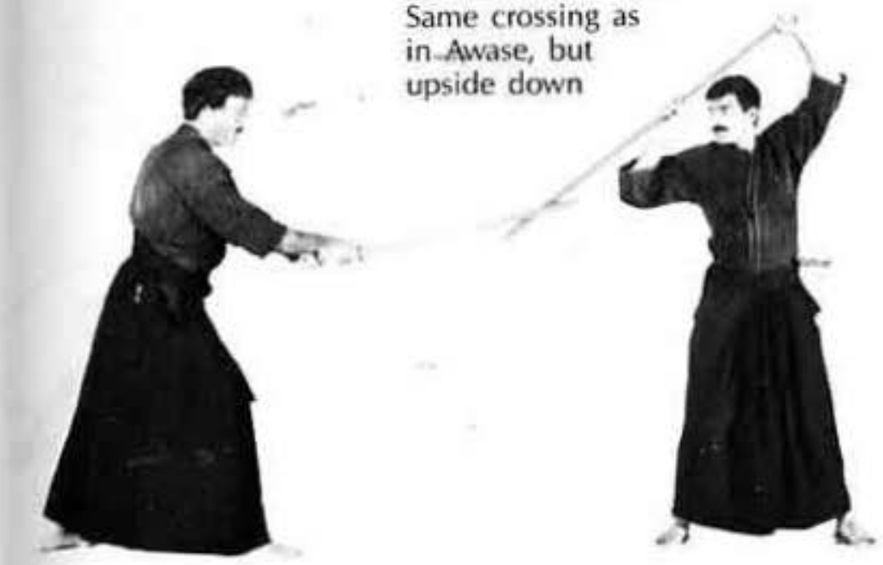




Yame !

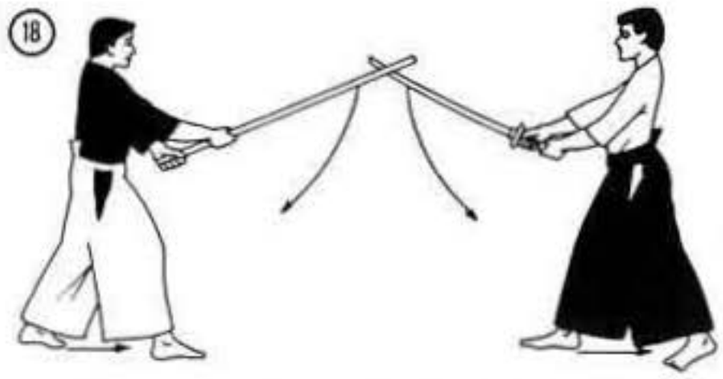
Même croisement
qu'en Awase
mais à l'envers

Same crossing as
in Awase, but
upside down

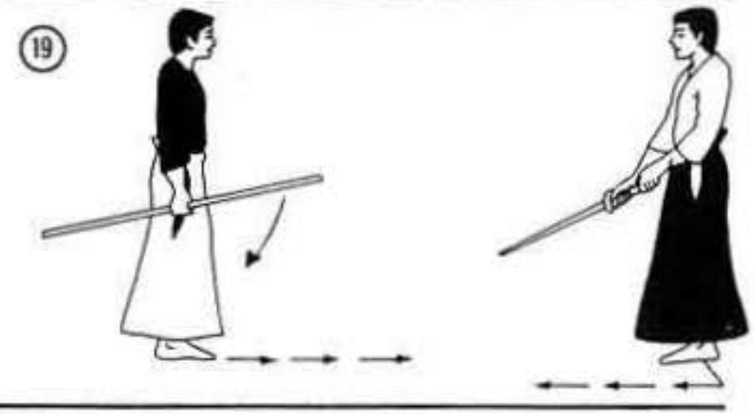


Séquence de la
reprise du Kamae
aux points 10, 11
et 12

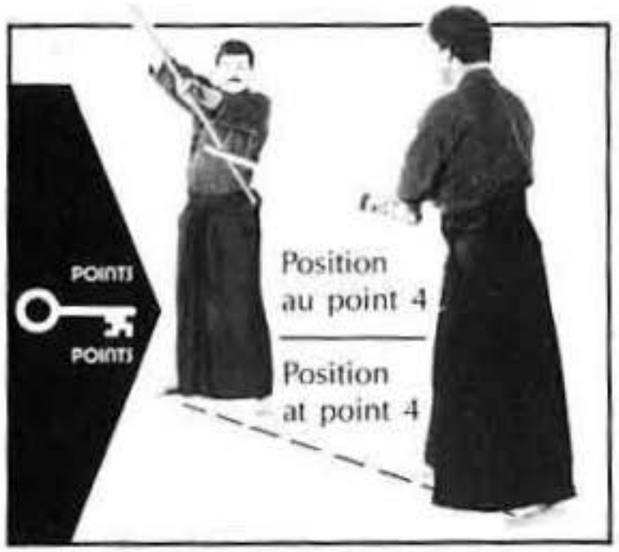
Sequence of the
retaking of the Kamae
at points 10, 11 and 12



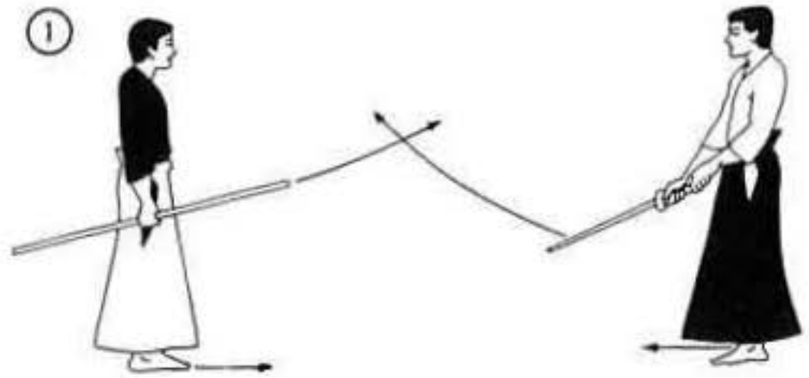
Motoe !

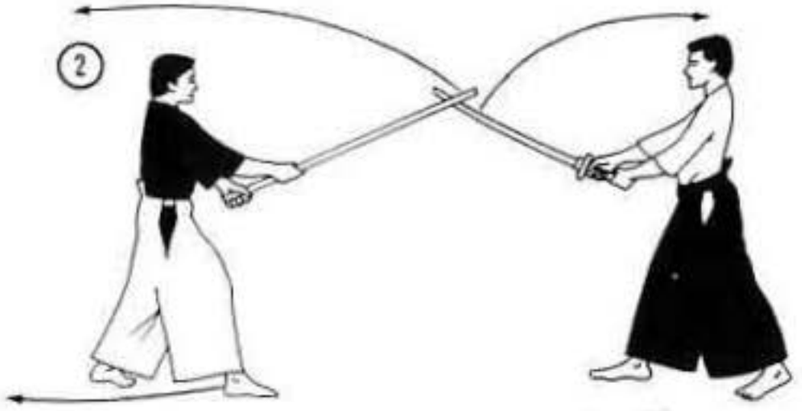


Ichi kôtai !



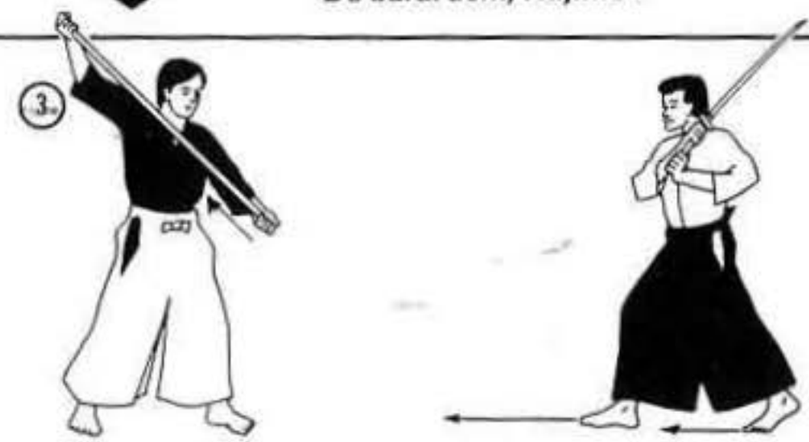
dô barai uchi

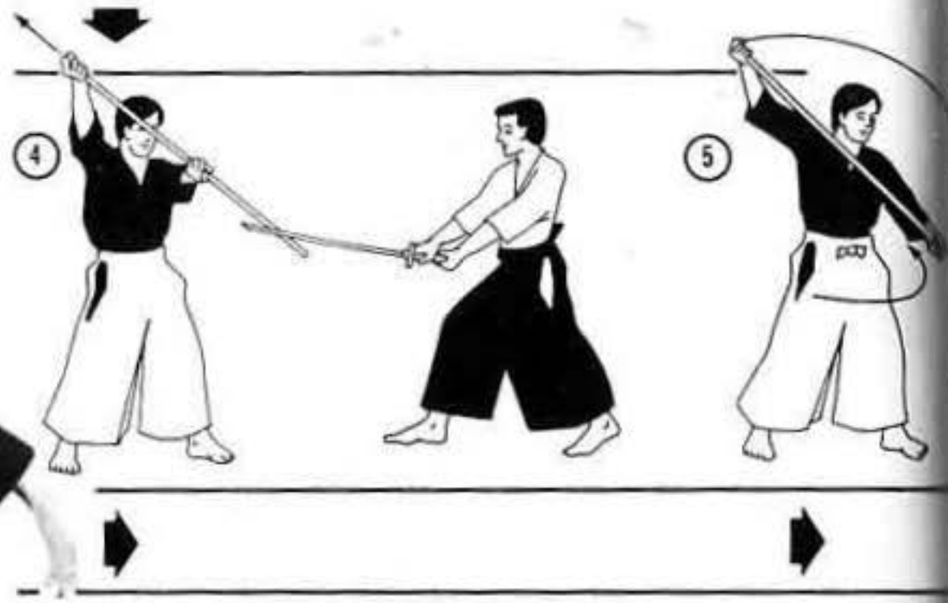




Honte ni kamae !

Dô barai uchi, Hajime !





Dans ce Kihon, il s'agit du blocage d'une coupe Kesa giri venant sur la droite de Shidachi. L'élasticité des muscles sera une absorption suffisante pour que la lame ne puisse traverser complètement le Jo. Le coup qui suit le blocage va déséquilibrer Uchidachi vers l'avant et l'exposer au contrôle du Jo qui remonte la ligne centrale. Dô barai uchi est un exemple concret du contrôle omniprésent du Jo sur le Bokken.

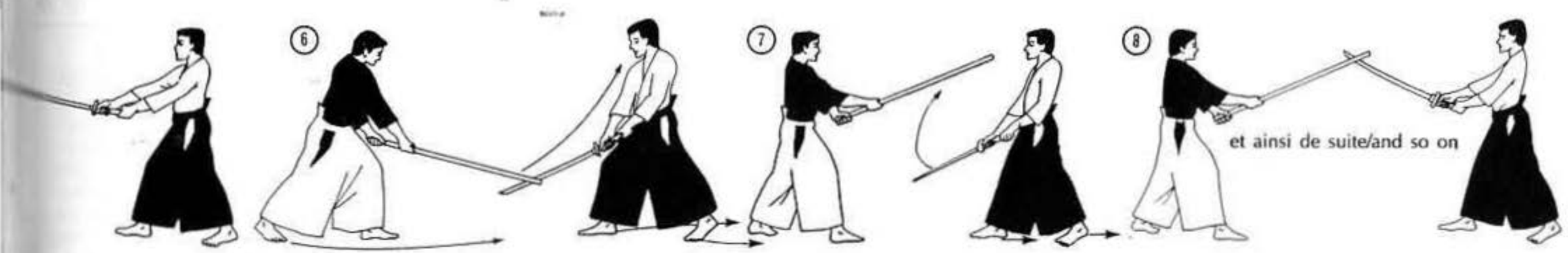
Shidachi : Mis à part le contact avec le Bokken, ce Kihon est en tous points semblable au Tandoku. Référez-vous aux différents points-clé. Attention à la remontée du Jo le long de la ligne centrale de Uchidachi. Ce dernier, déséquilibré par le choc précédent, risque de ne pas pouvoir reculer à temps. Gardez le contact visuel et ne regardez pas le Bokken lors du blocage ou du coup qui suit.

Uchidachi: Après le Honte no kamae, faites un grand Tsugi ashi vers l'avant en faisant passer le Bokken sur votre gauche en Hasso no kamae et en coupant dans un angle Kesa giri (Kiai : Eéit !) en direction de la hanche droite de Shidachi. L'absorption du choc au point 6 doit être faite simultanément avec les poignets et les hanches. Reculez prestement en Ayumi ashi pour éviter le Jo qui remonte vers votre point Uto tout en contrôlant ce dernier jusqu'à la distance Awase. «Yame, Sonomama !» vous invite, cette fois, à rester dans cette position. Attendez les ordres du Kihon suivant.

This Kihon consists of blocking a Kesa giri delivered by Uchidachi on your right side. The give of the muscles will be sufficient to stop the blade from cutting straight through the Jo. The strike that follows the block will make Uchidachi reel forward and will expose him to the Jo coming up the centre-line. Dô barai uchi is a concrete example of the omni-present control of the Jo over the Bokken.

Shidachi : Apart from the contact with the Bokken, this Kihon is in every way identical to the Tandoku. Refer to the various key-points. Be attentive to the Jo going up Uchidachi's centre-line. Thrown off balance by the previous impact, he may not be able to move back at once. Keep eye-to-eye contact and do not watch the Bokken during the block or the strike which follows.

Uchidachi : After meeting Shidachi's Honte no kamae, make a great forward Tsugi ashi, cutting Kesa giri from a left Hasso no kamae (Kiai : Eéit !). Your target is Shidachi's right hip. The impact at point 6 will be absorbed by both the wrists and the hips. Retreat swiftly in Ayumi ashi to avoid the Jo coming up towards your Uto point, and control it until the Awase distance is reached. This time "Yame, Sonomama !" is the command to remain in that position. Await the orders for the next Kihon.



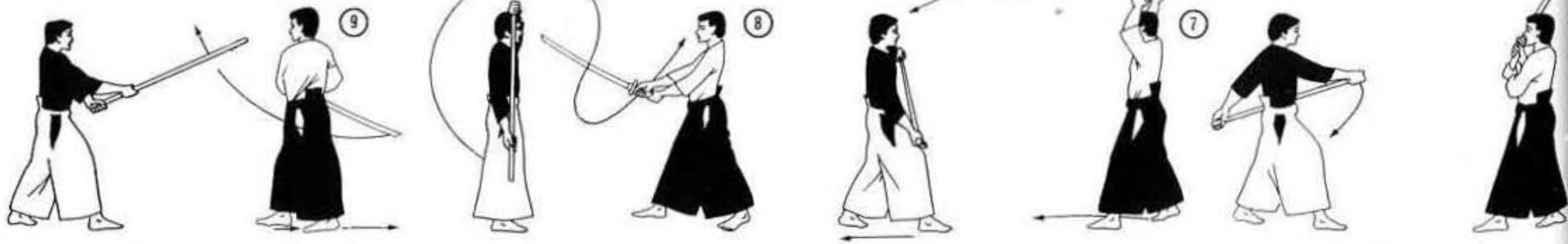
Yame ! **Sonomama !**

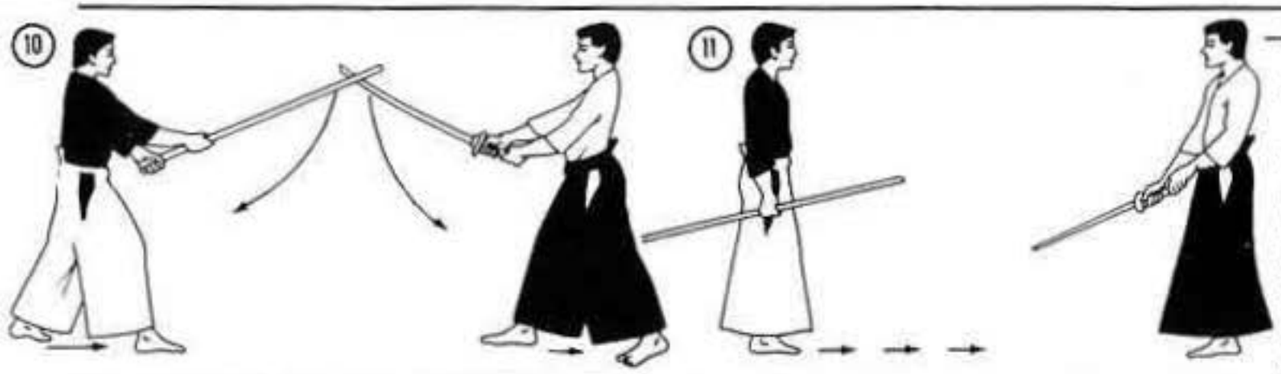
COMMENCEZ EN PAGE 237

N'ayant pas effectué Ichi kôtai, vous êtes restés tous deux dans la position de Honte no kamae (1). Comme pour Tsuki hazushi uchi, Shidachi crée une ouverture pour Uchidachi dont il va éviter la coupe dirigée vers son point Tentô au dernier moment pour aussitôt chasser le sabre d'un puissant Hiki otoshi uchi. Tai hazushi Uchi permet de pratiquer d'une manière intense les notions de Ri-ai et de Ki-awase.

Shidachi : Retirez le Jo (2), puis posez le dos de votre main droite sur la cuisse avant, le bras gauche tendu sur votre gauche, les doigts de la main ouverts (A). Evitez le Bokken au dernier moment en joignant les pieds vers l'arrière (4), le Jo vertical sur votre droite, le bras gauche bien au-dessus de la tête (B). En reculant le pied gauche, chassez le Bokken à la manière d'un Hiki otoshi uchi. Ne baissez pas les mains trop tôt pour ne pas vous blesser sur la Kissaki toute proche (C).

Uchidachi : Lorsque le Jo se retire, prenez Hasso no kamae en avançant le pied gauche, puis, lorsque Shidachi est prêt, coupez son point Tentô dans un angle Shômen (Kiai : Eéit !) (4). La Kissaki s'arrête au niveau Uto. Restez dans cette position sans anticiper le choc imminent, et absorbez le sans reculer le pied droit (5) (D). Avancez ensuite le pied gauche en reprenant Hasso no kamae depuis l'arrière, sans repasser par Seigan no kamae.





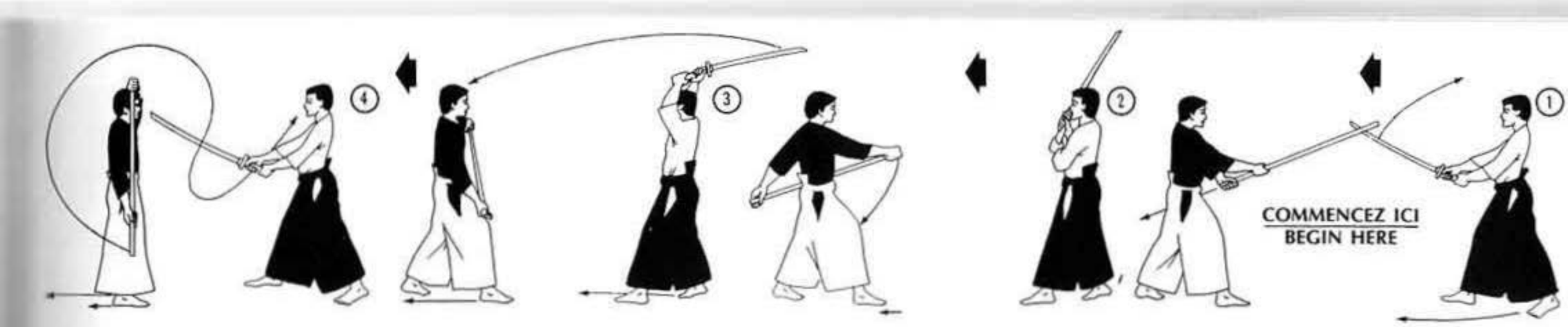
Motoe ! **Mae dete !**

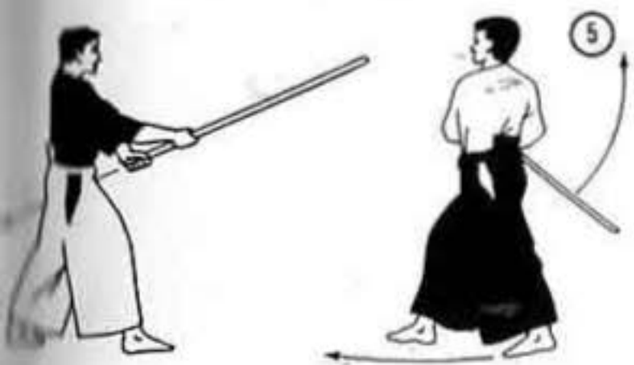
BEGIN ON PAGE 237

Having not carried out Ichi kôtai, you both remain in Honte no kamae (1). As for Tsuki hazushi uchi, Shidachi presents an opening for Uchidachi whose cut is aimed at his Tentô point. Shidachi will retreat at the last moment and will immediately deflect the Bokken with a strong Hiki otoshi uchi. Tai hazushi uchi offers the opportunity to practise the concepts of Ri-ai and Ki-awase in an intense manner.

Shidachi : Withdraw the Jo (2), then lay the back of your right hand against the forward thigh, left arm extended, fingers open, on your left (A). Evade the Bokken at the last moment by moving your right foot back to your left foot and straightening up (4), the Jo vertical on your right, left arm held well above the head (B). Moving the left foot back deflect the Bokken as for Hiki otoshi uchi, but take care not to hit the Kissaki with your hands by dropping them too soon (C).

tai hazushi uchi

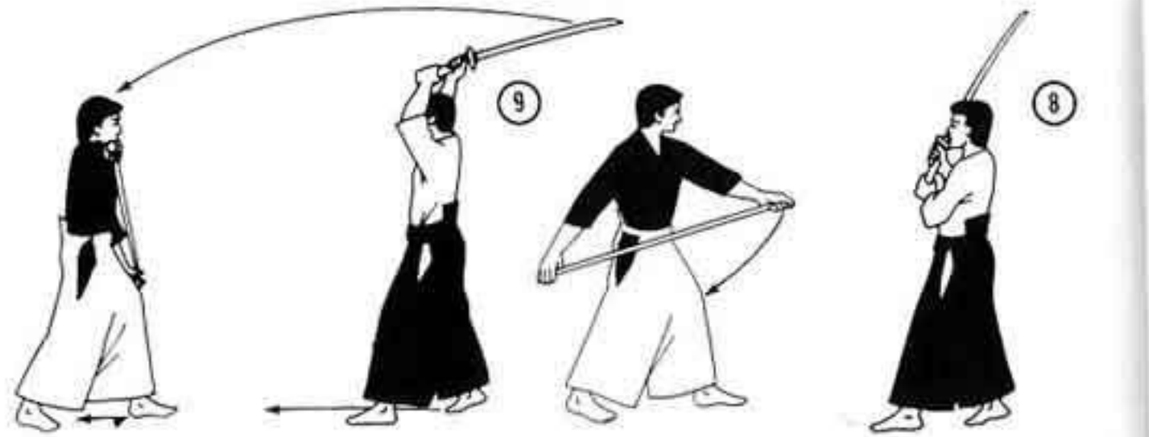




Uchidachi : When the Jo is withdrawn, take Hasso no kamae by moving the left foot forward, and when Shidachi is ready, make a Shômen cut (Kiai : Eéit !) towards his Tentô point. The Kissaki stops at the Uto level. Remain in this position without anticipating the coming impact, and absorb it without moving the right foot back (5) (D). Then move the left foot forward, assuming Hasso no kamae from behind, and without going through Seigan no kamae again.

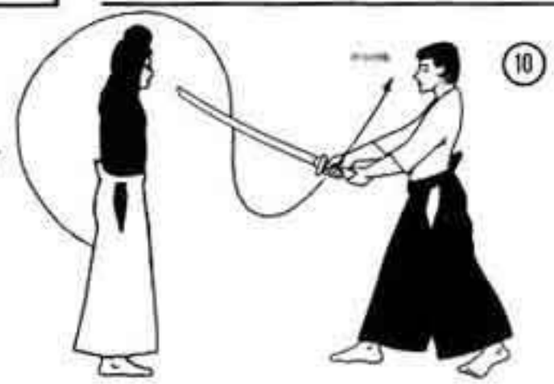
Mae dete ! Au point 11, l'ordre «Mae dete !» sera donné. Shidachi avance en marchant normalement, le Jo en Tsune no kamae, alors que Uchidachi recule en Ayumi ashi, le Bokken en position Hodoku. Gardez le contact visuel. Une fois parvenus à l'endroit où ce Kihon a débuté, tous deux s'arrêtent et attendent l'ordre «Hidari honte ni kamae !».

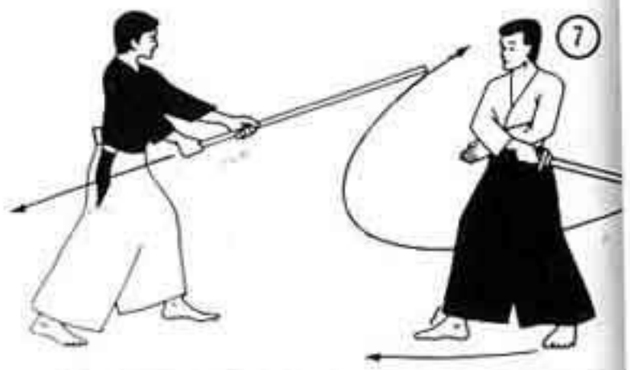
Mae dete ! At point 11, the command "Mae dete !" will be given. Shidachi moves forward, walking naturally in Ayumi ashi and the Jo in Tsune no kamae, while Uchidachi moves back in Ayumi ashi, Bokken in the Hodoku position. They keep eye-to-eye contact. Having reached the point where the Kihon started, they both stop and await the "Hidari honte ni kamae !" command.

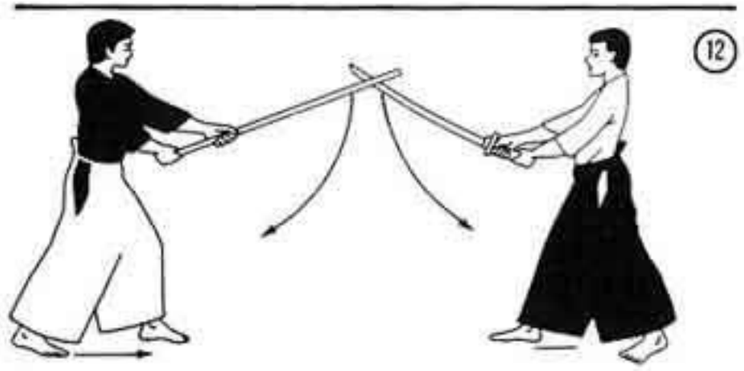


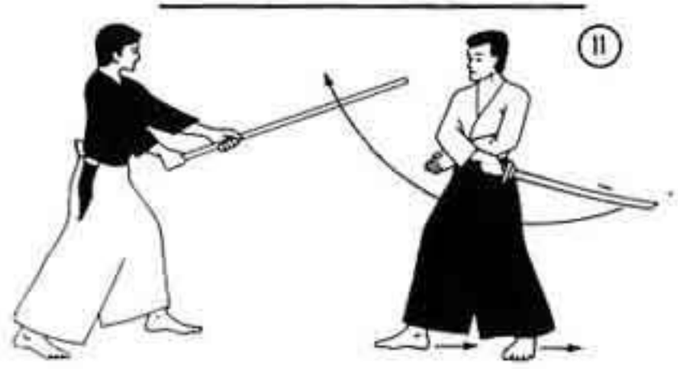
Pour terminer depuis ce point 13, veuillez vous référer à la page 240

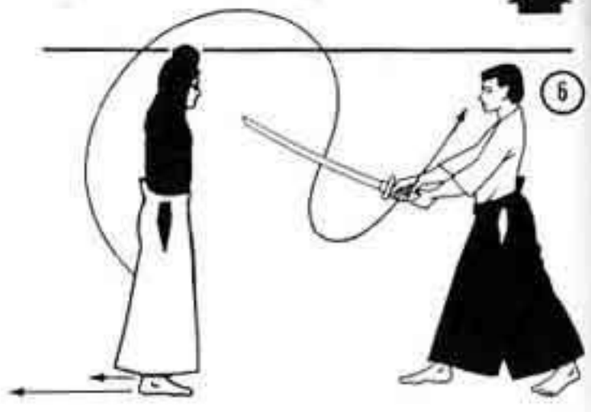
From point 13 on, see how to finish on page 240





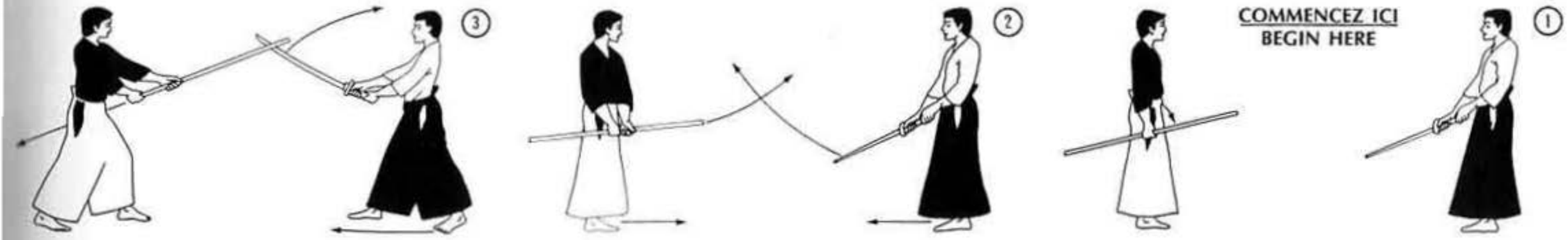






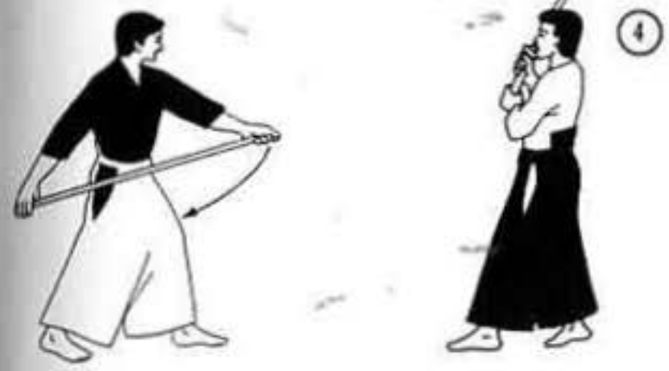
Motoe !

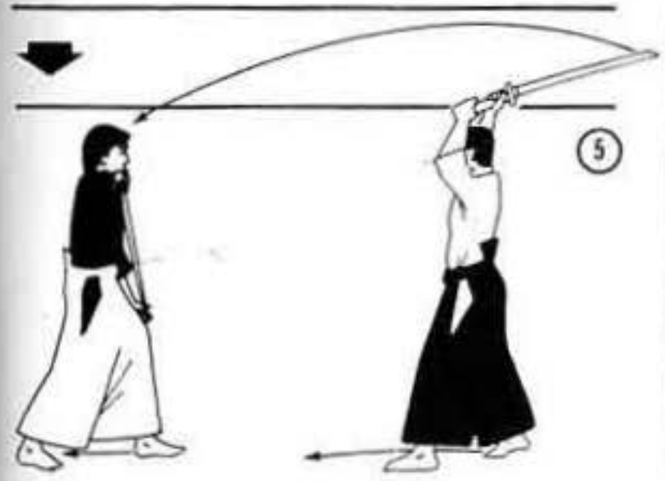
Yame !



Tai hazushi uchi, Yôi !

Hidari (gauche/left) **honte ni kamae !**





Hajime !

C'est simplement le Kihon précédent répété à gauche. Les mêmes points-clé, mais inversés, restent valables. Les quelques différences sont les suivantes :

Shidachi : Pour la prise du Hidari honte no kamae (2), référez-vous au Tandoku.

Uchidachi : Cette fois-ci, votre Bokken sera chassé vers votre gauche. Pour reprendre Hasso no kamae, faites-le repasser devant vous en avançant le pied gauche (7 et 8). A l'ordre «Yame !», qui vous sera donné sous le point 11, réajustez vers l'arrière pour Awase (12). Après le point 13, l'ordre «Naore !» vous est donné. Exécutez-le comme indiqué à la page suivante. Une fois le sabre en position Sagetô, saluez.

La série des Kihon sôtai se termine avec cette technique. Avant de passer à la suite, jetez un deuxième coup d'œil à l'introduction de cette série de Kihon et relisez les différents points qui déterminent l'esprit dans lequel ce travail doit être fait.

It is simply the previous Kihon carried out on the left. The key-points remain identical but are reversed. The few differences are as follows :

Shidachi : For taking Hidari honte no kamae, please refer to the Kihon tandoku.

Uchidachi : This time your Bokken will be deflected to your left. To take Hasso no kamae, pass it in front of you, this time moving the left foot forward at the same time (7 and 8). When the "Yame !" command is given at point 11, step back to the Awase distance (12). After point 13, the "Naore !" command is given. Carry it out as shown on the following page. Bow when your Bokken is in the Sagetô position.

This series of Kihon sôtai ends with this technique. Before moving on to the next chapter, take a second look at the introduction to this series of Kihon and study the various points that establish the spirit in which this work ought to be approached.

Position :
Tsune no kamae

①

②

Naore!

③

Position :
Hodoku

⑥

⑤

Sôgo no rei !

Position :
Sagetô

④

Position :
Teitô

CHI : Sagesse

On peut être maître de sa technique, mais posséder une connaissance globale à laquelle tout se rapporte ; transmettre cette connaissance d'une manière adéquate et opportune ; c'est être Maître de soi...

CHI : Wisdom

Master technique, but be ruled by knowledge. He who would be master of himself wishes to know the world: he who is a Master knows who he is speaking to...

4

Les Kata
The Kata

LE Kata (forme préarrangée) est indiscutablement la principale méthode d'enseignement utilisée dans le domaine des disciplines et arts martiaux classiques japonais. C'est en effet le seul moyen d'enseigner des techniques de combat sans exposer les pratiquants à des blessures graves sinon fatales.

C'est également grâce à la méthode du Kata qu'une transmission fidèle des techniques peut être assurée. Cet outil pédagogique dont je vais essayer de démontrer les nombreuses vertus n'a pas rencontré beaucoup d' enthousiasme en Occident. Les deux raisons principales sont les suivantes: d'une part, l'utilisation d'un tel outil demande de l'ouvrier (le Maître) des qualités qui vont bien au-delà de la virtuosité technique ; d'autre part, le matériau (l'élève) que façonne cet outil doit posséder d'excellentes propriétés dont la principale est la malléabilité. Je ne crois pas trop m'avancer en affirmant que Maîtres et élèves possédant de telles qualités sont rares en Occident.

La Grèce de Socrate connaissait cet outil et son maniement: l'enseignement personnalisé et au moment opportun. Mais l'intérêt croissant de la masse pour des vérités plus stables, plus sécurisantes, et plus facilement accessibles, relégua bien vite ce système pédagogique aux oubliettes, au profit de l'enseignement généralisé.

L'Orient, pour sa part, a porté le maniement de cet outil à un niveau de grande perfection. Plus particulièrement au Japon, le contexte social a permis l'essor de cette pédagogie qui trouvait là le matériau idéal. Toutefois, depuis la fin du 19e siècle, le Japon, lui aussi, s' est mis graduellement à absorber sans discernement les «valeurs» occidentales, et, il est évident que, de nos jours, le Kata a perdu beaucoup de son importance en tant que système pédagogique.

Actuellement, tant en Orient qu' en Occident, Maîtres et élèves, tels qu' on va essayer de les définir, font cruellement défaut. Bien que l'outil soit toujours disponible, il n'est guère utilisé. Est-ce par pénurie de gens sachant s'en servir

Kata

THE Kata (pre-arranged form) is undoubtedly the main teaching tool used in the Japanese classical martial arts. It is indeed the only way to impart combat techniques without exposing the trainee to the unnecessary risk of serious or even fatal injury. It is also by way of the Kata that the faithful transmission of the techniques may be assured. I shall try to show that this teaching tool has many qualities — qualities which have not been recognized in the West. This lack of success may be explained by the following two reasons: firstly, the utilization of such a teaching method requires a mastery which goes far beyond technical virtuosity; secondly, the subject which is to be fashioned by the tool must possess many unique characteristics, the principal one being without doubt malleability. It is no exaggeration to claim that the master craftsman (the Teacher) and the ideal material (the trainee) are seldom encountered in the West.

The Greece of Socrates knew about this tool and its handling: individual teaching at the opportune moment. But the demand of the masses for more stable, reassuring and easily attainable truths quickly doomed this teaching method in favour of generalized instruction.

The East, on the other hand, has brought the handling of this tool to a rare level of perfection; in Japan, in particular, the social context formed a fertile ground for this kind of education, which found ideal material there. However, from the end of the 19th century, Japan — like so many other cultures — gradually began to absorb indiscriminately Western "values". It must be acknowledged that, as a consequence, the Kata's importance today as a pedagogical tool has been seriously diminished.

Today, in both the West and the East, Masters and students conforming to our definitions are few and far between. The

精神鍛錬

Seishin tanren

ou par manque de matériau adéquat? Je ne puis y répondre. L'outil fait pour forger l'esprit (Seishin tanren) laisse progressivement place au pinceau pour tracer des images (Kakkô).

Aussi ai-je cru bon, avant d'aborder la première série, de vous parler du Kata en tant que système d'enseignement.

Le Kata vu de l'extérieur

La plupart de ceux qui abordent le domaine du Kobudô/Kobujutsu ont une première vision du Kata qui peut se résumer à cette description: un ensemble de formes rigides dont on devient prisonnier sans beaucoup d'espoir de s'en libérer; des situations de combat symbolique sans grand rapport avec la réalité; une lassante répétition des mêmes mouvements conduisant inexorablement à des gestes mécaniques, sans âme, ce qui finit par procurer un faux sentiment de sécurité que la moindre dérogation peut anéantir.

Le fait de penser que toute l'étude d'une discipline puisse être basée sur une tel système pourrait suffire à décourager une grande majorité des candidats. Cette image du Kata est malheureusement très proche de la réalité pour beaucoup de pratiquants de Kobudô. Elle en est même le reflet exact pour ceux qui abordent l'étude du Kata en ne recherchant qu' un refuge, et qui se contentent d' une sécurité toute illusoire.

Mais si l'individu qui entreprend l'étude du Kata est un être profondément épris de liberté, alors c'est en pleine connaissance de cause qu'il choisira « librement » de la perdre pour un temps, dans l'espoir de la retrouver plus tard, enrichie, consciente et intelligente.

Car, qu'est-ce que la liberté sans la « connaissance » ? La liberté de mouvement d'un enfant à proximité d'une route à fort trafic n'est pas le genre de liberté dont on jouit longtemps. La réelle liberté est fortement dépendante d'une

tool is readily available yet it is seldom used. Is it due to the lack of people knowing how to use it, or to a lack of adequate material? I don't know! The tool, made for forging the mind (Seishin tanren), is slowly being replaced by the brush, used to draw pictures (Kakkô).

I have therefore thought it wise first to mention the prearranged form, from the point of view of a teaching system before going on to the first series of Kata.

Kata: an outsider's view

In the field of Kobudô/Kobujutsu, the Kata usually produces a first impression that may be summarized as follows: a set of rigid figures forming a prison from which it is difficult to escape; symbolic situations of combat, far removed from reality; a wearisome repetition of the same movements, inexorably leading to souless mechanical gestures, which induces a false sense of security that the slightest digression might destroy.

The idea that such a system may constitute the whole basis of the study of a discipline would be enough to deter most candidates. In fact this image of Kata as described above is only too close to reality for many engaged in the discipline itself. It is indeed an exact representation for those who seek only a refuge when studying Kata and who are content with an illusion of security.

But, if someone undertaking Kata is truly devoted to freedom, then he should know that he must choose to relinquish it temporarily in order to rediscover it enriched, conscious and aware.

connaissance globale des lois de la nature humaine, qu'elles soient physiques, techniques ou mentales.

Bien qu'il soit très difficile de prouver que la méthode du Kata peut nous apporter cette « liberté consciente », le seul moyen d'en être convaincu étant de l'expérimenter, je pense que les pages qui suivent vous éclaireront quelque peu sur le problème délicat de la méthode du Kata, méthode trop souvent dénigrée, mais plus souvent encore, mal comprise.

Le Kata vu de l'intérieur

L'ouvrier (le Maître), muni de l'outil (le Kata), façonne le matériau (l'élève) en quatre étapes. Examinons ces étapes dans le détail de leur progression jusqu'à la cristallisation finale (le Dô). Pour ce faire, concentrons-nous sur les deux acteurs principaux: le Maître et l'élève, et remplaçons la scène par le Dôjô.

Ne me reconnaissant pas les qualités d'un Maître, et ceci sans fausse modestie, l'âge et l'expérience me faisant encore défaut, j'ai fait usage de la permission que Me Draeger m'a accordée de son vivant et j'ai puisé abondamment dans ses écrits * pour ce qui suit. J'ai toutefois tenu à présenter ce chapitre à ma manière. Le style en souffre peut-être, mais il y gagne en sincérité.

GYÔ, le premier stade (18 mois à 2 ans)

Le stade Gyô est fait de larmes, de sueur et de sang. Cet apprentissage révèle ou détruit l'élève.

Le Maître: Il abordera l'élève (Nyûmonsha) avec une curiosité bienveillante, le mettant ainsi en confiance. Puis il observera discrètement ce nouvel adepte. Il se concentrera tout d'abord sur son aspect physique afin de déceler

* Voir *Bibliographie.*

What true freedom may exist without knowledge? A child given the freedom of a busy highway will not have it for long. True freedom is strongly dependent on an awareness of human nature and its physical, technical and mental laws.

Though it is very difficult to prove that the Kata method can convey us this conscious freedom, the only way of convincing oneself being experience of it, I believe that the following pages will clarify somewhat the delicate problem of the Kata method which is so often denigrated and, even more often, misunderstood.

Kata from the inside

The craftsman (the Master) uses the tool (the Kata) to fashion the material (the student) in four stages. Let us examine these stages in a detailed development to the final crystallization (the Dô). We shall focus our attention on the two leading actors — the Master and the student — and replace the stage by the Dôjô.

I do not have the pretension to call myself a Master — I am short on age and experience — and I am therefore indebted to Draeger Sensei for allowing me to quote extensively from his own works * in writing this chapter. The presentation, however, is my own: the style will certainly suffer, but it is genuine.

GYÔ, the first stage (18 months to 2 years)

The Gyô stage is made of blood, sweat and tears. This apprenticeship makes or breaks the student.

* See *Bibliography.*

Gyô

d'éventuelles faiblesses (mauvaise coordination, problèmes d'équilibre, handicap physique, etc.), ou d'éventuels atouts (bonne musculation, rapidité, souplesse). Puis il s'intéressera à l'attitude mentale du Nyûmonsha: bonne ou mauvaise concentration, attitude humble ou hautaine, tendance à l'effort ou à la paresse, etc. Ces premières observations seront complétées par des discussions occasionnelles durant lesquelles il encouragera l'élève à parler de lui-même, glanant ainsi des compléments d'information qui viendront étayer ses premières impressions. Pendant cette période préliminaire, le Maître demandera à l'élève de travailler les bases de son art: les Kihon, les déplacements, les rudiments de l'étiquette du Dôjô, etc. Ce temps d'adaptation peut durer de trois à six mois, selon les cas.

En général, cette période prend fin avec l'introduction de l'élève à son premier Kata, lorsque le Maître aura jugé son esprit suffisamment malléable pour commencer un travail sérieux. L' attitude du Maître changera alors sensiblement; ses brèves remarques résonneront froidement dans le silence du Dôjô. Il appliquera dès le début la méthode d'enseignement classique qui consiste à se placer à côté de l'élève pour que ce dernier puisse l'imiter. Il répétera jusqu'à trois fois le mouvement en donnant un minimum d'explications. A la leçon suivante, il exigera de l'élève qu'il se rappelle cette technique. En cas d'oubli, le Maître en déduira que l'élève n'a pas la motivation nécessaire et reviendra aux techniques précédentes sans en ajouter de nouvelles pendant une période plus ou moins longue, selon l'attitude du Nyûmonsha.

Le Maître éludera la plupart des questions de l'élève par une réponse laconique: «ne pose pas de questions, travaille!», le préservant ainsi du piège qui consiste à comprendre intellectuellement sans pouvoir démontrer physiquement. Toutefois, indulgence et encouragements seront encore fréquents durant cette période car le Maître connaît les difficultés qu'elle représente pour le Nyûmonsha.

The Master: His approach will show kindly interest, thus giving his student (Nyûmonsha) a bit of confidence. He will then discreetly keep an eye on his new charge. He will first of all assess his physical appearance in order to detect possible weaknesses (poor co-ordination, poor balance, physical handicap, etc.) or potential assets (solid build, swiftness, suppleness, etc.). He will then turn to the Nyumonsha's attitude: poor or good concentration, humble or haughty attitude, tendency to shirk or an inclination for hard work, etc. This first round of observation will be filled in by an occasional chat, during which the student will be encouraged to talk about himself: thus the Master will substantiate his first impressions. During this preliminary period, the Teacher will ask the student to work on the bases of his art: the Kihon, the stepping movements, the rudiments of Dôjô etiquette, etc. This introductory period may last between three to six months, depending on the student.

In general, the introduction ends when the first Kata is presented by the Master who decides that his student's frame of mind is malleable enough to begin serious work.

The Teacher's attitude will then change perceptibly. His biting comments echo sharply in the quiet Dôjô. From the beginning, he applies the classical method of teaching: standing beside his charge so that the student may imitate him, he will carry out the movement up to three times, giving very few explanations. At the next session, the student will be expected to remember the movement. Should he have forgotten, the Master will conclude that the student lacks the necessary motivation. He will then return to the earlier techniques and will not demonstrate further movements for a little while, again dependent on the Nyûmonsha's attitude.

L'élève : Evoluant avec peine dans une ignorance si dense qu'elle en est parfois étouffante, l'élève est, à ce stade, totalement dépendant du Maître. Avec humilité, il doit montrer assez de flexibilité pour accepter les choses telles que le Maître les présente (Nyûnanshin). L'absence de cette qualité primordiale, signe indicatif d'ego et de fierté, conduirait vite à une situation de friction entre Maître et élève. Dans ce cas, le Maître ne tentera pas le moins du monde de dissuader ou de persuader l'élève, mais se concentrera simplement sur d'autres élèves jusqu'à ce que la situation s'améliore ou se détériore.

L'élève au stade Gyô souffre de bien des frustrations. Impatient d'apprendre, on lui fait répéter inlassablement les mêmes gestes. Alors qu'il désire qu'on lui corrige sa technique, il ne s'attire que des remarques sur son attitude et sa position. On répond à ses questions par des sourires indulgents et une invitation à continuer son travail. Les explications sont rares, il aimerait bien comprendre.

Queries will be answered by a laconic "Don't ask questions, work!" — the Master thus guards the student from the trap of wishing to understand intellectually without being able to demonstrate physically. However, the Teacher still offers understanding and encouragement during this period: he knows full well how difficult this period can be for the Nyûmonsha.

The student: During this period, the student moves into a cloud of ignorance so thick he sometimes feels choked, and is wholly reliant on the Master. He must be flexible enough — and with humility — to accept things as presented by the Teacher. The absence of this essential quality (Nyûnanshin) — a sure sign of ego and pride — would quickly produce friction between Master and student. Should this happen, the Master will not even attempt to persuade or

Arrive enfin le premier Kata qui stimule son intérêt mais fait ressortir sa maladresse. Trop concentré sur la technique, il est tendu et gauche. De plus, ces nouvelles séquences viennent grossir le nombre déjà important des techniques absorbées jusque-là. Sa mémoire s'y perd, les hésitations sont fréquentes, les erreurs multiples. Cela l'irrite et il a peur d'émousser la patience du Maître. De plus, la plupart des mouvements qu'il exécute n'ont aucun sens pour lui. Ils lui paraissent bien éloignés de la réalité du combat (réalité, d'ailleurs, qu'il ne connaît pas). Les périodes de ragement se rapprochent et s'allongent. Souvent, seule la présence du Maître le convainc de poursuivre.

L'élève, toutefois, s'est mis à progresser. Certaines lueurs commencent à poindre. Fugitivement encore, il fait connaissance, le temps d'un éclair, avec la «vérité dans l'action». Il commence à se rendre compte que le Dôjô est un champ de bataille où l'on peut mourir plusieurs fois, renaître de ses erreurs et les mettre à profit pour continuer de progresser. Il commence à apprécier la méthode du Kata bien qu'il ressente encore ce dernier comme un carcan excluant toute liberté.

Près de deux ans ont passé. L'élève est arrivé au seuil du stade suivant.

Dans les brumes de son ignorance, il commence à discerner quelque chose qui a la forme d'une main...

Pour mieux comprendre ce qui précède, je propose l'analogie avec l'élève guitariste. N'ayant jamais touché une guitare, ne possédant aucune connaissance musicale, il s'installe, perplexe, devant les six cordes et les nombreuses cases divisant le manche de son instrument. Complètement dépendant de son professeur, il va devoir apprendre à positionner ses doigts de la main gauche bien verticalement sur les cordes. Laborieusement d'abord, il va tirer de son instrument les accords de base et les notes de la gamme. Il devra, au cours des premiers mois, apprendre à surmonter toutes

dissuade the student, but will instead look after other students until the situation either improves or deteriorates.

During the Gyô stage, the student will experience many frustrations. He is eager to learn, yet is forced to patiently repeat the same gestures. He wants to correct his technique but all he gets are comments on his attitude and posture. Questions receive understanding smiles and encouragement to continue to train. Explanations are seldom forthcoming — he wants to understand.

At long last, the first Kata comes to arouse his interest, but reveals his clumsiness. He concentrates too much on his technique and appears tense and gauche. Furthermore, these new series add to the impressive number of movements already assimilated. His memory fails him, moments of hesitation are frequent and errors increase. It angers him and he is afraid it might tax the Teacher's patience. On top of this, the movements he executes have not yet any true meaning to him. They appear far removed from the reality of combat — of which he has no experience, by the way. Periods of discouragement are more frequent and last longer than before. Often, it is only the Master's presence that drives him to continue.

However, the student has started to progress. A few rays have dawned. Fleetingly, he encounters, in a flash, "truth in action". He begins to realize that the Dôjô is a battlefield where one can die several times, and be reborn to learn from past mistakes, and progress. He starts to understand the method of Kata, yet still sees it as a straitjacket barring all freedom.

Two solid years have passed and the student is on the threshold of the next stage.

les petites difficultés physiques et techniques avant de pouvoir jouer un simple morceau encore truffé d'erreurs. Il ne peut pas jouer de la guitare, et il *sait* qu'il ne peut pas en jouer.

SHÛGYÔ, le deuxième stade (env. 2 à 3 ans)

Le stade Shûgyô est le stade de l'austérité, celui d'une répétition inlassable des mêmes mouvements en vue d'en éliminer le maximum d'erreurs.

Le Maître: Un nouveau changement dans l'attitude du Maître marquera le début de ce stade. Il deviendra moins tolérant, mais, simultanément, plus intime. L'enseignement sera transmis de plus en plus fréquemment au niveau des «tripes», si vous voulez bien m'excuser cette expression qui dit pourtant bien ce qu'elle veut dire. Il connaît maintenant mieux son élève. Les défauts et les qualités de ce dernier déterminent la nature de l'enseignement qui deviendra, ainsi, plus personnalisé. Le Maître va jalonner les techniques de Koan* physiques. Il n'hésitera pas, quelquefois, à donner un léger coup de sabre sur les doigts de l'élève pour qu'il prenne conscience de telle ou telle faiblesse. Certaines de ces «leçons de choses» peuvent laisser des souvenirs cuisants pendant plusieurs jours. L'élève ne lui en tiendra toutefois pas rigueur car il lui paraîtra évident que ces «corrections» sont faites sans la moindre malice personnelle. A certains moments, afin de le tirer hors de sa léthargie, il omettra un Kiai habituellement entendu par l'élève — par son absence, ce Kiai résonnera davantage que s'il avait été émis. Inversément, à un moment inattendu, le Maître poussera un Kiai strident, pouvant aller jusqu'à paralyser l'élève en train d'agir trop mécaniquement.

* Dans la philosophie Zen, un Koan est un paradoxe ou une énigme dont la solution conduit à la connaissance de la Vérité suprême.

KOAN :

Ces petites phrases qui, selon les apparences, manquent de sens mais qui, si on les laisse pénétrer comme des grains de sable dans les rouages de notre mental ordinaire, peuvent bien provoquer un arrêt — un silence — une transformation de la conscience.

Jean-Yves Leloup,
Introduction de l'Evangile de St Thomas,
Editions Albin Michel.

考案

Within the mists of his ignorance, he perceives something shaped like a hand...

In order to explain the above clearly, I intend to use the analogy of someone learning to play the guitar. Never having held a guitar and having no knowledge of music, he is mystified by the six strings and the many divisions on the fret-board. He relies totally on his teacher and is going to have to learn to place his fingers properly. He will at first painstakingly pluck out the basic chords and the scales. Over the first few months, he will have to overcome all the little physical and technical difficulties before being able to play a simple — ordinary — tune. He cannot play the guitar, and he *knows* he cannot play the guitar.

SHÛGYÔ, the second stage (about 2 to 3 years)

The Shûgyô stage is the stage of austerity, where the same movements are intensively repeated in order to eliminate most remaining errors.

The Master: The start of this stage will be marked by another change in his attitude: he will become less tolerant but, at the same time, more confidential. More and more, the instruction will be imparted at the level of the "guts", if you will pardon the expression. He now knows his student better. His faults and qualities determine the nature of the instruction which thus becomes more personal. The Master will fill the techniques with physical Koan*. He will not be

*In Zen philosophy, a Koan is a paradox or a riddle, the solution of which leads to Real Truth.

KOAN :

Those little phrases which, at first sight, seem to be meaningless but, if allowed to penetrate like grains of sand into the workings of our ordinary mind, may well occasion a pause, a silence, an alteration of the reason.

Jean-Yves Leloup,
Introduction de l'Evangile de St Thomas,
Albin Michel.

Loin d'aplanir les difficultés, le Maître les soulignera tout en encourageant l'élève à les surmonter lui-même. Lorsqu'il sera à la dérive, dans un océan de difficultés techniques, le Maître ne fera rien pour le soulager, étant persuadé que seules ces pénibles expériences feront naître chez lui de nouvelles sources d'énergie, dont cette fameuse énergie du désespoir. Ce n'est que lorsque l'élève commencera à sombrer qu'il lui lancera une bouée de sauvetage sous forme d'un conseil succinct ou d'un mot d'encouragement. De plus, il n'acceptera aucune contestation et exigera une confiance totale ainsi qu'une intensité d'entraînement dont l'élève lui-même ne se serait jamais cru capable.

L'élève: A ce stade, le nombre croissant des techniques et leur complexité commencent à poser de sérieux problèmes à l'élève. Les hésitations du stade Gyô se transforment en oublis et en mélanges. Les difficultés physiques, techniques et mentales deviennent si nombreuses que l'élève se sent parfois couler à pic. Maîtrisant mal ses Kiai, il n'arrive pas

averse to striking lightly the student's fingers with the sword to point out one fault or another. Some of these "object-lessons" may leave a smarting impression for a few days. The student will not hold it against the Master, for it seems clear to him that these chastisements are given without any personal malice.

Occasionally, to stir the student out of his lethargy, he will deliberately forget to emit a Kiai at the precise moment when the student expects to hear one. This silent Kiai will ring out even more than if it had been given. Or, at an unexpected moment, the Master will emit a strident Kiai, although none is required: it can paralyse a student who is acting too mechanically.

Far from minimizing the difficulties, the Teacher will create them; he will urge the student to overcome these obstacles

à contrôler sa respiration et termine certaines techniques pantelant devant son Maître qui, lui, est tout à fait serein. Les Kata sont parsemés de pièges qu'il ne peut éviter et dont il ne se sort souvent qu'après avoir été frappé d'un léger coup de Bokken. Bien que cela soit fait sans malice, l'élève ressent une certaine irritation devant son incapacité à éviter ces pièges. Et il sait que personne ne l'aidera à trouver la solution, il doit s'en sortir seul. Bien qu'il sente que sa vision intuitive s'est améliorée, il se fie encore beaucoup trop à sa vision physique (Kan-ken), et continue d'avoir de mauvaises réactions à la moindre surprise. Son ego est encore omniprésent. Il se cherche des excuses pour justifier telle ou telle erreur alors que personne ne lui demande rien. Il s'octroie ainsi des béquilles mentales qui le ralentiront, il commence à en être conscient, dans sa progression vers le Dô. Tout cela lui demande tellement d'énergie et de concentration qu'il se voit forcé de faire des choix dans sa vie privée pour que son comportement hors du Dôjô n'interfère pas, ou le moins possible, avec son entraînement.

Cependant, le Shûgyôsha poursuit son chemin, semblable à celui du stade Gyô, au rythme de constantes répétitions. Il constate toutefois que de nouvelles forces physiques et mentales se développent en lui. Il commence à reconnaître la «vérité dans l'action», bien que cette vérité ne soit pas encore sienne. Il réalise que les problèmes résident plus souvent en lui-même que dans la technique proprement dite. Il devient conscient que ce n'est pas tant la qualité de sa technique qui importe, mais plutôt celle de sa persévérance et de sa concentration pour l'améliorer. Il comprend maintenant que son corps et son esprit ont été jusqu'ici dans des directions divergentes, l'esprit exigeant une performance que ses muscles ne pouvaient mener à bien. Il lui faudra trouver, seul, une solution à ce problème.

Deux ou trois nouvelles années ont passé. L'élève arrive au seuil du stade suivant.

L'image de la main est maintenant plus nette, et il commence à en distinguer les doigts...

修

by himself. When the student is adrift in a sea of technical difficulties, he will do nothing to help him, for he is sure that only these painful experiences can and will produce new forms of energy.

Only when the student starts to drown will the Master throw him a life-line in the form of a brief piece of advice or a word of encouragement. Further, he will no longer tolerate any argument and will demand of the student complete trust as well as an intensity in training far greater than what the student thought was possible.

The student: At this stage, the ever-growing number of techniques and increasing complexity begin to cause serious problems for the student. The hesitations of the Gyô stage are now lapses and confusion. The student is swallowed up whole by the sheer number of mental and physical difficulties. He does not master his Kiai, cannot control his breathing and some techniques leave him winded, while his Teacher remains perfectly calm and relaxed.

The Kata are riddled with unavoidable stumbling blocks from which he often escapes only after being hit by a light blow from the Bokken. He knows that there is a positive meaning behind these pitfalls, but his failure to deal with them irritates him. And he knows that no one can help him but himself. He feels that his intuitive vision has improved, yet he still relies too much on his physical vision (Kan-ken), and continues to react poorly to unexpected situations. His ego is still omnipresent. He finds justifications for his mistakes, even though none are necessary. He is aware that, in this way, he is giving himself mental crutches that will slow him down on his quest for the Dô. All this demands so much of him that he is forced to make choices in his

行

Shûgyô

Reprenons l'analogie avec le guitariste. Après avoir organisé ses loisirs de façon à consacrer une grande partie de son temps à l'étude de son instrument, l'élève guitariste a longuement répété ses gammes et ses accords de base. Il sent qu'il a acquis une certaine familiarité avec son instrument. Il peut appliquer les accords sans regarder où il pose ses doigts, et peut déjà jouer quelques morceaux faciles mais non sans erreurs. Les sons qu'il tire de sa guitare ne sont pas encore mélodieux. Il peut jouer de la guitare, mais il n'est pas encore guitariste dans le plein sens du terme.

JUTSU, le troisième stade (période indéfinie)

Jutsu est le stade où le Shûgyôsha réalise qu'il ne peut plus revenir en arrière. Désormais, lié par sa quête du Dô, il va transcender la technique, après l'avoir parfaitement maîtrisée, pour se concentrer sur la maîtrise de soi.

Le Maître: Face à l'élève qui a maintenant pratiquement comblé le fossé technique qui les séparait, le Maître va souligner sévèrement la moindre faute technique, l'erreur d'attitude la plus bénigne. Pour des yeux moins éclairés, il va donner l'impression de s'acharner sur cet élève dont la technique est en passe d'égaler la sienne. En vérité, au stade Jutsu, l'élève commence à interpréter la technique à sa manière. Pour le Maître, c'est le moment où jamais d'éliminer chez l'élève les dernières impuretés techniques, les erreurs d'attitude qui ressortent encore ça et là. Le Maître digne de ce nom désire que cet élève le dépasse, et ceci ne peut se faire que par la perfection technique.

private life so that commitments outside the Dôjô do not interfere — or interfere less — with his training.

Meanwhile, the Shûgyôsha continues on a journey marked by constant repetitions, just like the Gyô stage. Yet, he notices new mental and physical forces developing within him. He begins to wake up. He realizes that the problems lie more often than not within himself rather than in the techniques. It dawns on him that it is not so much the quality of his technique that matters, but rather the quality of his perseverance and concentration in improving it. He now understands that his body and spirit had been pulling in opposite directions with the spirit requiring of the muscles a feat beyond them. Alone, he will have to find a solution to this problem.

Two or three years have passed by. The student reaches the threshold of a new stage.

The hand is much clearer now, and he can discern the fingers...

Let's return to the analogy of the guitarist. After rearranging his spare time in order to devote more time to studying his instrument, the learner guitarist has practised the scale and basic chords at length. He can play the chords with undoubted ease and can place his fingers at the right place without a glance. He can play a few simple tunes — not without errors though. The sounds extracted from his instrument are not yet harmonious. He can play the guitar, but cannot claim to be a guitarist.

JUTSU, the third stage (indefinite period)

Jutsu is the stage where the Shûgyôsha realizes that there is no going back. Henceforth, he is tied to his quest for the

Afin de s'assurer que l'élève a réellement transcendé la technique, le Maître va donner une nouvelle dimension à l'entraînement. Au milieu d'un Kata, par exemple, il cessera subitement toute action. Si l'élève travaille consciemment, il restera immobile, exactement là où la technique s'est arrêtée. Dans le cas où il se serait laissé entraîner par la technique suivante, alors qu'aucune attaque ne la justifiait, le Maître l'exhorterait à plus d'entraînement.

Le stade Jutsu est également une période où l'élève, maintenant maître technicien, risque de céder à un sentiment de vanité. Satisfait de sa technique, il a tendance à ralentir ses efforts et à perdre l'attitude humble qui lui a permis d'arriver à ce stade. Il affichera un sentiment de supériorité envers d'autres élèves moins avancés. Il se plaira à les impressionner, satisfaisant ainsi sa vanité. Il commettra de graves erreurs en leur dévoilant des notions qu'ils auraient dû découvrir par eux-mêmes, comme il lui a été donné la chance de le faire.

Le Maître sera à l'affût de cette attitude, et tentera d'éloigner l'élève de cette pente dangereuse en lui donnant des leçons d'humilité : il le reprendra, par exemple, sur des techniques de base que l'élève pense avoir totalement maîtrisées, et lui présentera une nouvelle interprétation que ce dernier n'avait jamais considérée auparavant. Le Maître pointera du doigt les nombreuses incohérences qui existent encore entre la perfection technique de l'élève et les contradictions mentales que son attitude fait ressortir.

C'est surtout le moment de réfléchir sur lui-même et d'éliminer une à une les incohérences et les contradictions qui existent encore entre son entraînement et son attitude globale envers la vie.

L'élève: Au début de ce stade, l'élève est rarement satisfait de sa technique. Il manque encore ce «petit quelque chose» qui le différencie de son Maître. Il a maintenant expérimenté «la vérité dans l'action» à maintes reprises. Il est

術

Jutsu

Dô and after mastering the technique will transcend it to concentrate on self-knowledge.

The Master: He faces a student who has now practically filled the technical hiatus that used to divide them. He will therefore sternly stress the smallest technical error and the slightest fault in attitude. The untrained eye might think that he is being unjustly strict towards the student, a student whose technique is nearly on par with his Master's. In fact, the Jutsu stage is the moment when the student begins to interpret the technique in his own way. For the Teacher, it is the ultimate chance to eliminate the last imperfections remaining in the student's technique and to correct the odd mistake in attitude. The Master would like to catapult the student onward so that the student may overtake him: this is possible only through technical perfection.

In order to verify that the student has indeed transcended the technique, the Master will introduce a new dimension to the training: in the middle of a Kata, he will suddenly make a drastic change. If the student works consciously, he will adapt perfectly to the situation. Should he carry on to the next movement — although no attack justified it — then the Teacher will counsel more practice.

The Jutsu stage is also a time when the student — now a master technician — risks falling prey to all manner of conceit. He is happy with his technique and so tends to economize his efforts. He may lose the humble attitude which allowed him to progress to his present state. He will display a feeling of superiority over less experienced students. He will try to impress them to satisfy his ego. He will commit the serious mistake of revealing concepts which the students should have discovered through their

en passe de devenir maître de sa technique, mais pas encore de lui-même. Il commence à ressentir le besoin d'interpréter sa technique à la lumière de l'efficacité combative. Il ressent une certaine frustration quand le Maître démontre une technique qui n'est pas éclairée de cette lumière-là. Il ne lui reste qu'à méditer sur la réponse du Maître : *«Pourquoi vouloir anticiper en pensée ce que seule l'expérience peut enseigner?»*.

Cependant, l'entraînement fait maintenant partie de sa vie. Il sait qu'il ne peut s'arrêter là. Il changera peut-être de Dôjô, de discipline, mais il n'aura cesse de poursuivre sa recherche du Dô.

L'esprit du Kata, conçu jusque-là comme restrictif, est maintenant beaucoup plus clair. La fluctuation entre la symétrie et l'asymétrie de ses composants suggère une unité qu'il est d'ores et déjà capable d'apprécier pleinement. Les Kata qui lui paraissaient si longs et compliqués dans les stades

own efforts, just as he did before them. The Master will be on the look-out for this attitude and will attempt to steer him away from this dangerous slope by giving him lessons in humility: for instance, he will return to basic techniques — techniques which the student thought he had well mastered — and will show him an interpretation he had never considered. The Master will point out the many inconsistencies that still exist between the student's technical attainment and the mental contradictions shown by his attitude.

There is a certain sadness about this stage. The student is going to have to make his own way towards the Dô. He might still remain with his Teacher for a while, but the parting is close. It is time for the student to go to "see elsewhere", to seek out his own experiences, as well as meet with people who don't play the same game and who will

précédents se terminent maintenant à peine commencés. Il réalise qu'il a «du temps» (Yoyû) entre les mouvements, et que cette marge lui permet d'avoir une vue globale de la technique, et d'exécuter cette dernière d'une manière plus sobre, plus efficace.

Alors que le Maître l'encourageait encore il n'y a pas si longtemps, il ne le fait plus du tout à présent; au contraire, il ne lui épargne aucune critique sévère sur le moindre détail. Mais cette attitude est compensée par une relation très étroite durant le temps qu'il travaille avec lui. Chaque minute avec le Maître est une expérience unique (Ichi go, Ichi e). Il se passe chaque fois quelque chose, et, aussi curieux que cela puisse paraître, tous deux savent ce qui s'est passé mais aucun n'éprouve le besoin d'en parler. Il se comprennent en silence (Ishin denshin).

Soudain, la maîtrise technique est là. Plus besoin de réfléchir. L'élève sait qu'il peut exécuter n'importe quel Kata sans erreur. C'est une expérience revigorante. Mais s'il contrôle son art d'une façon admirable, il n'arrive pas encore à faire preuve d'un véritable contrôle de lui-même. Le Dô est encore absent.

L'image de la main et la forme des doigts sont tout à fait nettes maintenant, et il semble qu'un des doigts pointe vers quelque chose, ou quelqu'un, mais quoi, ou qui?

L'analogie avec le guitariste peut être reprise ici. Ses doigts trouvent les cordes avec précision et rapidité. Malgré quelques erreurs ici et là, des sons de bonne qualité sortent de son instrument. Il pourrait nommer mentalement chaque case et chaque corde correspondant à tel ou tel accord, mais il éprouve encore de la difficulté à appliquer tous ces accords avec la même maîtrise. Il sait qu'il est un guitariste, maintenant, et qu'il peut jouer convenablement, mais il réalise que malgré sa maîtrise technique, il ne possède pas encore la perfection.

以心伝

Ishin denshin

be delighted to knock him down a notch. One must eradicate the "big fish in a little pond" syndrome. Above all, it is time to reflect and eliminate one by one the inconsistencies and contradictions that still exist between his training and global attitude towards life.

The student: He is seldom happy with his technique at the beginning of this stage: there lacks that "little something" that makes the difference between his Master and himself. By now, he has experienced "truth in action" several times. He is about to become a master of his technique but still not of himself. He starts to feel the need to interpret his technique in the light of battlefield efficiency, and he experiences a certain frustration when the Teacher explains a technique which is not demonstrated in that light. He is left to mull over the Master's answer: *"Why wish to anticipate in mind something only experience can reveal?"*

However, training now forms part of his life. The student knows that he cannot stop here. He might change Dôjô or disciplines but he will not abandon his search for the Dô.

Up to here, the spirit of the Kata was a restrictive straightjacket, but it is now much clearer. The balance between the symmetry and the asymmetry of its components points to a unity — a unity he may now appreciate. Previously, the Kata seemed so complicated and drawn out, but now they seem to last no time at all. He now realizes that he has "time" (Yoyû) between the movements, and that this latitude gives him a global view of the technique and lets him execute it more soberly and efficiently.

Up until then, the Master used to encourage his student: this he does no more. On the contrary, he never fails to severely criticize the slightest fault. But this attitude is counterbalanced by the close bond that they experience

Dô

DÔ, le quatrième stade
(jusqu'à ce que mort s'ensuive)

Le stade Dô, c'est l'éclosion finale des périodes Gyô-Shûgyô-Jutsu; l'équivalent de l'illumination (Satori) en Zen. Le Dô représente la perfection de l'homme au-delà de la perfection technique. Est-ce dire que l'homme qui a atteint le Dô est parfait? Si l'on veut répondre à cette question, il faut bien définir le sens que l'on donne aux mots. L'homme au stade Dô s'est réalisé. Sa perfection technique l'a amené à éliminer progressivement les contradictions de sa vie. Il connaît maintenant l'harmonie entre ses pensées et ses actes. Si l'on admet que la perfection est relative à l'individu, et non à un modèle imposé par des courants de pensée religieux ou philosophiques, alors, cet homme a atteint «sa» perfection. Nous n'utilisons qu'une faible partie de la capacité de notre cerveau mais, quand bien même l'utilisation serait totale, les niveaux d'intelligence différeraient.

A ce stade, la technique a été maîtrisée, transcendée, et oubliée. La conscience d'un mécanisme n'est plus nécessaire. En effet, le nouveau Maître ne sait plus qui, de sa main ou de son esprit, a effectué le mouvement. Faisant abstraction de tout ce qui n'est pas essentiel, à commencer par son ego, il a acquis un esprit qui cerne d'emblée la globalité des choses. C'est, dans la philosophie Zen, ce qui s'appelle avoir un esprit pur (Makoto, esprit sans tache). Imperturbable (Fudôshin), le maître technicien, maintenant Maître de lui-même, *devient* dès lors «vérité dans l'action». Cet état de grâce peut être perçu par des personnes étrangères aux disciplines martiales, mais il ne peut pas être compris. Même l'esprit le plus développé ne peut comprendre le Dô sans l'expérimenter en personne.

when they work together. Time changes for him and short "meetings" with the Teacher become infinitely rich and he assimilates in these instants something of greater value perhaps than in a year previously. He begins to vibrate on the same frequency as the Teacher (Ishin denshin).

And then, all of a sudden, technical mastery is there. No need to think. The student knows that he can execute all of the Kata faultlessly. It is a marvellous experience. But if he does indeed have admirable control over his art, he cannot control himself fully yet. Dô is still absent.

The picture of the hand and the shape of the fingers are sharp now, and one of the fingers seems to point towards something, or someone, but what, or who?

We can return to the analogy of the guitarist. His fingers find the strings speedily and with precision. Apart from a few errors from time to time, he can produce sounds of good quality. He could easily list the strings and position required to produce such and such chord, but he still has trouble mastering all the chords with the same dexterity. He knows that, now, he is a guitarist, and that he can play competently, but he realizes that in spite of his technical mastery he is still short of perfection.

DÔ, the fourth stage (until death ensues)

The Dô stage is the final blossoming of the Gyô-Shûgyô-Jutsu steps. It is equivalent to enlightenment (Satori) in Zen. Dô represents perfection of Man above and beyond technical perfection. Does this mean that someone who attains the Dô is perfect? In order to answer that question it is necessary to define precisely the meaning of words.

誠

Makoto

Man at the Dô level has crystallized. His technical perfection has allowed him to progressively eradicate the contradictions of his life. He now enjoys harmony between his thoughts and his actions. If one acknowledges the idea that perfection is particular to the individual and not to a model set by religious or philosophical beliefs, then that Man has attained "his" perfection. In the same way that we employ a minute proportion of the brain's capacity, it is clear that making full use of that capacity would only result in higher but still different levels of intelligence.

At this stage, technique has been mastered, transcended and forgotten, for awareness of a mechanism is no longer necessary. Indeed, the new Master does not know what carried out the movement — the hand or the mind. Having set aside all that is not essential — starting with his ego — he has acquired a spirit which can immediately appraise the globality of things. In Zen, this is called having a pure spirit (Makoto: unstained spirit). Inscrutable (Fudôshin), the master technician, now Master of himself *becomes* "truth in action". This state of grace can be perceived by outsiders to Budô but it cannot be understood. Even the most developed mind cannot understand the Dô without experiencing it.

The hand and the fingers are perfectly clear now. And the finger points towards something or someone: it is pointless to try to explain what it is since those who have not attained the Dô have only these words as evidence, and those who have it already know what it is.

As for the master guitarist, now a virtuoso, he becomes his own music, vibrates with it, his spirit liberated from the mechanism of his fingers on the strings. He would be unable to say where his fingers should be placed on the fret-

board: he simply places them at the proper position, at the right moment. He can extemporize now, harmonize with another player. *He can freely express himself through his music.*

The training in the field of Japanese martial arts and disciplines comprises much more than is possible to detail in this chapter. It must be understood that a whole inner process occurs within the student, and this is only possible if he doesn't take short-cuts. This inner process is far more important than the outer action since it continues to develop even when training is no longer possible, for example because of injury, illness or old age.

The mastery cannot be handed down from Master to student: it is an inner process which can only come from within. The Master can only point the Way to the student.

The real mastery of an art, on the physical side, demands true mental qualities, i.e. a developed mind. Consequently, mastery of an art gives rise to both an inner mastery and a mastery of the art. If the student understands this, then he already understands an enormous amount. When he is told that it is not really so important to reach the target with his weapon, in a classical discipline, he understands because he knows that the purpose of an art lies beyond: *the development of one's own being.*

La main, les doigts, tout est maintenant parfaitement clair. Et le doigt est pointé vers quelque chose, ou quelqu'un, qu'il ne sert à rien de déterminer ici puisque ceux qui n'ont pas atteint le Dô n'auraient que ces mots-ci pour preuve, et que ceux qui l'ont atteint le savent déjà.

Quant au maître-guitariste, virtuose technique, il devient sa propre musique, vibre avec elle, l'esprit complètement détaché du mécanisme de ses doigts sur les cordes. Il serait incapable de mentionner avec exactitude l'endroit précis où doivent se poser ses doigts: il les pose tout simplement au bon endroit et au bon moment. Il peut maintenant improviser, s'accorder avec n'importe quel autre musicien, prendre un air en route et l'accompagner derechef. *Il peut s'exprimer librement à travers sa musique.*

L'entraînement dans le domaine des disciplines et arts martiaux japonais comprend bien plus qu'il n'est possible d'expliquer dans ce chapitre. Il faudrait cependant retenir que tout un processus intérieur se développe chez le pratiquant qui ne brûle pas les étapes. Ce processus intérieur est de loin plus important que l'action extérieure car quand celle-ci n'est plus possible (accident, maladie, vieillesse), le processus interne continue de se développer.

La maîtrise ne peut pas être transmise de Maître à élève. C'est un processus intérieur qui doit venir de l'intérieur. Le Maître ne peut qu'éclairer la route qui mène l'élève à la maîtrise. La réelle maîtrise d'un art sur le plan physique suppose des qualités mentales certaines. Par conséquent, s'entraîner à un art mène à une maîtrise de soi-même aussi bien qu'à une maîtrise de l'art. Si le pratiquant comprend cela, il a déjà compris beaucoup de choses. Lorsqu'on lui dit que ce n'est pas si important d'atteindre la cible avec son arme, dans la pratique des disciplines classiques, il comprend, car il sait que la pratique d'un art sert un but ultérieur: *le développement de soi.*

Me Shimizu (Shidachi) effectue un Kata lors d'une démonstration devant le Sanctuaire de Katori, à Narita, en 1966 (Uchidachi, Me Kuroda).

Shimizu Sensei (Shidachi) demonstrating a Kata in front of Katori Shrine in Narita, in 1966 (Uchidachi, Kuroda Sensei).

omote

COMME nous venons de l'examiner, le Kata est une méthode d'éducation visant à développer simultanément, chez un individu, des *qualités extérieures,* telles qu'une bonne condition physique et la maîtrise de la technique, et des *qualités intérieures,* se traduisant par une nouvelle approche mentale, morale et philosophique de la vie.

La progression de ce développement, on l'a vu, se fait à travers plusieurs stades. Les 12 Kata de la série Omote (surface) ont été créés et assemblés de façon à fournir une base de travail qui permette le développement du premier stade: Gyô. Et si l'on veut que cette évolution puisse se faire sans heurts, il est nécessaire de pratiquer cette série dans *l'esprit* de Omote. A ce stade, on attend du débutant qu'il apprenne à *imiter sans chercher à comprendre* ce qu'il fait, et qu'il s'efforce d'exécuter les différentes techniques de la manière la plus précise possible. Les buts que la série de Omote cherche à atteindre sont les suivants:

1. Corriger les fautes de posture (Shisei).
2. Améliorer la précision et le contrôle des mouvements de base (Kime et Kiai).
3. Appliquer rigoureusement les notions de distance (Ma-ai).
4. Renforcer la concentration générale (Zanshin).

A ce stade, toute notion plus abstraite serait superflue et ne ferait que dérouter le Gyôsha. D'autre part, le fait de vouloir établir des relations avec la réalité combative à ce stade équivaudrait à vouloir donner des leçons de saut à un enfant qui ne sait pas encore marcher.

Pour atteindre les quatre buts cités plus haut, deux conditions sont nécessaires:

1. Travailler avec un rythme mécanique et bien détaché. C'est le rythme typique de Omote.
2. Travailler avec un Uchidachi supérieur en technique et en expérience.

表

Omote

AS we have just seen, the Kata is a way of developing both an individual's *external qualities*, such as physical fitness and mastery of the technique, and his *internal qualities*, characterized by a new mental, moral and philosophical approach to life.

We have seen that this development proceeds through several stages. The twelve Kata of the Omote (surface) series were devised and set up to provide a basis with which to develop Gyô, the first stage. If this evolution is to advance smoothly, then this series must be practised in the *spirit* of Omote. At this stage, the student is expected to *imitate without trying to understand* what he is doing, and to execute the various techniques in the most precise way. The goals set by the Omote series are:

1. To correct faults of posture (Shisei).
2. To improve the accuracy and control of the basic movements (Kime and Kiai).
3. To rigorously apply the notions of distance (Ma-ai).
4. To reinforce general concentration (Zanshin).

At this stage, too abstract a notion would be superfluous and would only baffle the Gyôsha. Furthermore, the idea of inculcating combat notions at this stage would be like trying to teach a child to jump before he had learnt to walk.

Two requirements are needed to achieve the four goals mentioned above:

1. A well detailed and regular rhythm. It is the characteristic rhythm of Omote.
2. To work with an Uchidachi superior in technique and experience.

Le rythme

Le rythme bien détaché de Omote permet au Gyôsha de vérifier que sa technique et ses positions sont correctes. En outre, ces brèves coupures entre les mouvements préparent progressivement le Gyôsha à la notion suivante : entre chaque mouvement, il existe un carrefour de routes menant dans des directions différentes (possibilités). En habituant le Gyôsha à s'arrêter brièvement à chaque carrefour, on lui donne la possibilité de lire les panneaux indicateurs d'autres directions. Plus tard, dans la série Kage par exemple, il étudiera ces autres directions. Plus tard encore, il pourra les choisir.

Uchidachi

Quant au rôle de Uchidachi, il est certain que c'est un problème, en Occident. Quand on comprend que le Uchidachi idéal est le Maître lui-même, il est aisé de saisir les énormes difficultés que l'on rencontre dans un Dôjô où les Uchidachi sont souvent du même niveau que les Shidachi, quand ce n'est pas d'un niveau inférieur. S'il n'existe pas réellement de solution à ce problème, on peut toutefois en atténuer les conséquences désastreuses en mettant un accent tout particulier sur la formation de Uchidachi.

Il faut que ce dernier soit bien conscient qu'il a un rôle d'éducateur. N'en ayant pas l'expérience, il faudra qu'il se contente d'en imiter l'attitude qui se résume ainsi : faciliter au maximum le travail du Jo en imposant ce rythme bien détaché dont nous venons de parler, en effectuant des coupes larges et ostensibles, et en ne faisant aucune concession à la stricte observation du Ma-ai. Ce dernier point est de

The rhythm

The marked rhythm allows the Gyôsha to check that his technique and posture are correct. Additionally, these slight pauses between the movements progressively prepare the Gyôsha for the following notion: between each movement, there is a junction of roads leading off in different directions (possibilities, choices, options). By disciplining the Gyôsha to stop briefly at each crossroads, he is given the opportunity to read the road-signs to other directions. Later, for instance in the Kage series, he will study these other directions. Later still, he will be able to choose from among the various directions.

Uchidachi

The question of Uchidachi presents a certain problem in the West. The ideal Uchidachi is the Master himself: this fact gives an idea of the enormous problems faced by a Dôjô in which the Uchidachi are often at the same level as Shidachi, if not lower. Whilst no satisfactory solution to this problem exists, this negative aspect can be alleviated by giving particular attention to Uchidachi's training.

He must be fully aware that his role is one of teacher. Having no experience of this role, he must content himself with adopting the attitude outlined as follows:

Firstly, he must be careful to impose the well marked rhythm described above. He will also give Shidachi time to move by making large and ostentatious cuts. Secondly, he will

loin, le plus important : si le Gyôsha bâtit ses techniques sur de fausses notions de Ma-Ai, il lui faudra des années pour « désapprendre », et des années encore pour réapprendre.

Finalement, Uchidachi motivera et tiendra le Gyôsha en haleine par de bons Ki-Ai et une présence totale, exhibant tout le Zanshin dont il est capable. Rien n'est plus décourageant pour Shidachi, déjà peu sûr de sa technique, que de travailler avec un Uchidachi qui a l'air de s'ennuyer.

Le travail des Kihon et la série de Omote devraient faire l'objet de deux années d'entraînement au moins, à raison d'un minimum de deux cours par semaine et de deux stages intensifs par an.

Le travail de Omote correspond à l'eau naturelle, pleine d'impuretés, que l'on fait chauffer à petit feu.

Kamae et Osame

Référez-vous au chapitre 2 pour les Kamae. Illustrations et explications vous remettront en mémoire l'attitude que doit avoir le Gyôsha lorsqu'il assume un Kamae. Quant à Osame (rengainement ou retour de l'arme en position normale), il doit être exécuté dans le même esprit que le Kamae, d'une manière lente et intense. Cela donne à l'ensemble du Kata un rythme entre *l'action dynamique,* les techniques proprement dites, et *une sérénité attentive,* Kamae et Osame. Cette notion de rythme se nomme: Sei to Dô.

Selon que vous terminez à gauche ou à droite, voici deux séquences illustrées du retour du Jo à la position normale, sur votre droite, à la fin d'un Kata. Soignez-en l'exécution; un Osame brouillon en dit long sur votre attitude envers le Budô en général. Veillez à rester bien en face de votre adversaire. *Ne commencez Osame qu'après vous être assuré que Uchidachi se soit bien mis en position Hodoku.*

have to keep a strict watch over the notions of distance. This point is by far the most important: if the Gyôsha builds his techniques on incorrect notions of Ma-ai, it will take him years to unlearn them, and years more to learn them anew.

Finally, Uchidachi will have to motivate and stimulate the Gyôsha by making good Kiai and by showing all the Zanshin he can muster. There is nothing more discouraging for Shidachi — already unsure of his technique — than to have to work with a bored Uchidachi.

The Kihon and Omote series should be worked on for at least two years, at the rate of at least two sessions a week and two seminars a year.

The work of Omote is like clear water — full of impurities — that is heated slowly.

Kamae and Osame

See chapter 2 for the Kamae. Refer to the illustrations and diagrams to help recollect the attitude to adopt when taking Kamae. Osame (sheathing the weapon or returning it to the normal position on your right side) should be carried out in the same spirit as the Kamae, slowly and intensely. This gives the whole Kata a rhythm between the *dynamic action* — the techniques themselves — and an *intent serenity* — Kamae and Osame. This notion is called Sei to Dô.

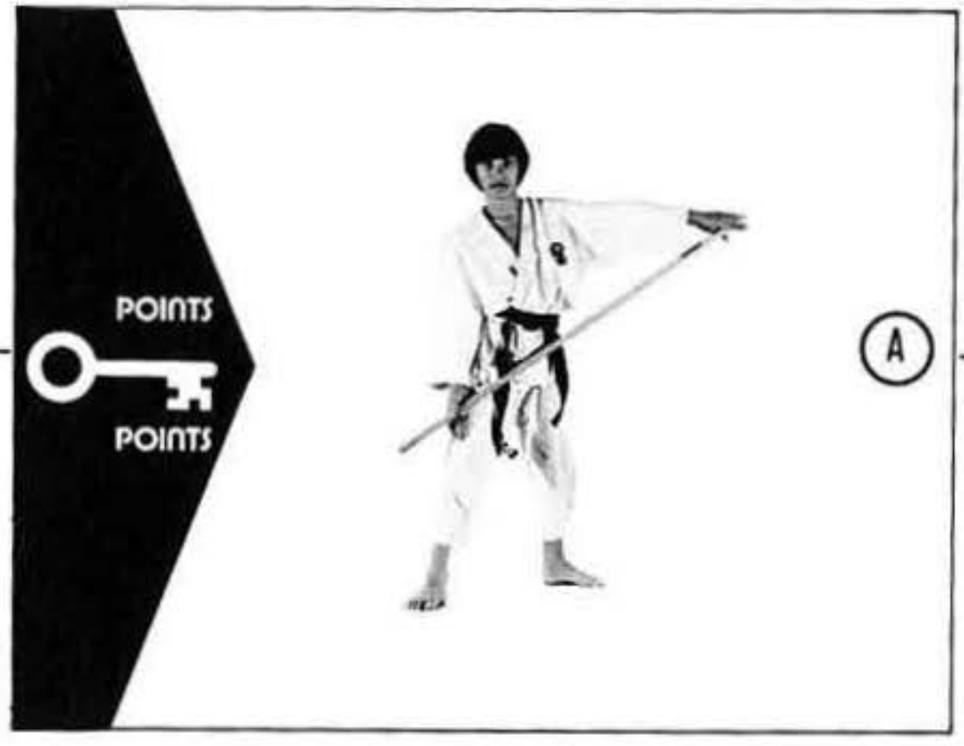
Depending on which side you finish (right or left), here are two illustrated sequences of returning the Jo to a normal position on your right, at the end of a Kata. Pay attention to the execution: a rushed and tatty Osame says a lot about your attitude towards Budô in general. Be careful to remain opposite your opponent. *Do not start Osame until you have*

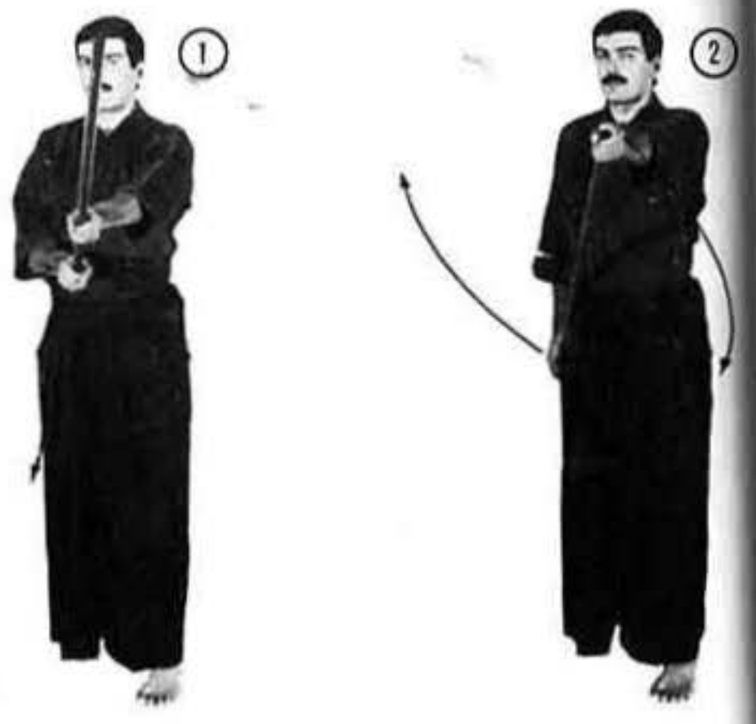
Contact visuel (Metsuke), excellente posture (Shisei) et disponibilité (Zanshin) sont les trois notions qui devraient transparaître dans Osame.

Dans le cas où le Gyôsha aurait les bras trop courts et n'arriverait pas à atteindre l'extrémité du Jo, procédez comme indiqué au point-clé A.

Observez attentivement les deux séquences ci-contre. Tous les Kata se terminent par l'une ou l'autre. La séquence supérieure concerne les Kata qui finissent en Honte no kamae. La séquence inférieure concerne les Kata se terminant par Hidari honte no kamae.

Take careful note of the two sequences opposite. All Kata finish with one or the other : the top one is used for Kata ending in Honte no kamae and the lower one for those ending in Hidari honte no kamae.



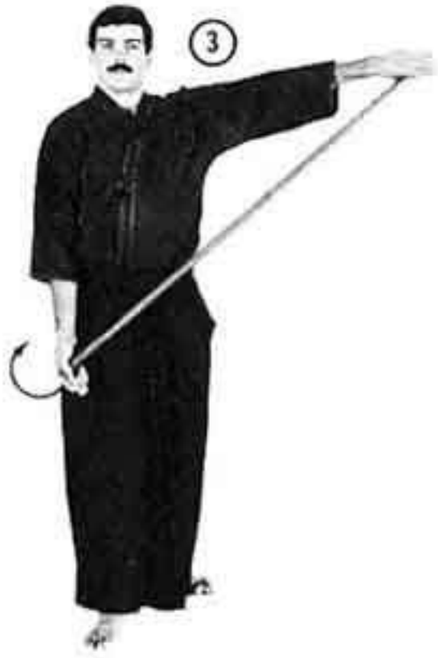


made sure that Uchidachi has taken the Hodoku position.
Eye-to-eye contact (Metsuke), correct posture (Shisei) and great awareness (Zanshin) are the three notions which should be discernible in Osame.

Should the Gyôsha's arms be too short and prevent him from reaching both ends of the Jo, proceed as shown in key-point A.

1

2


3

4

5

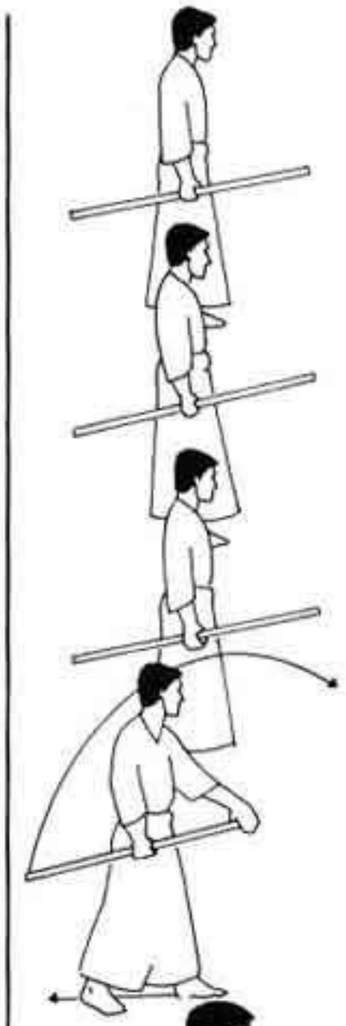
3

4

5

6

7

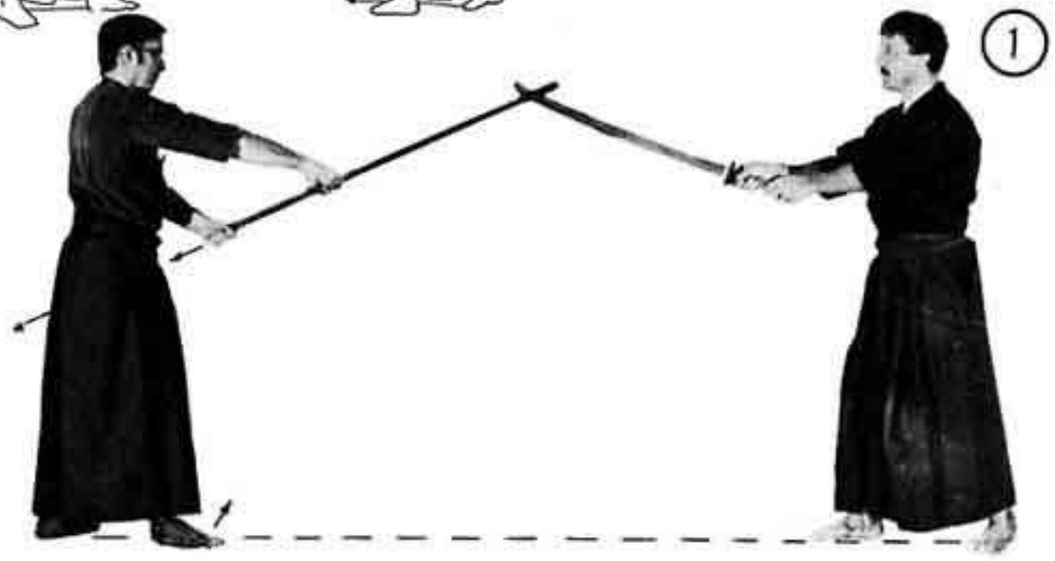


PRISE DE KAMAE

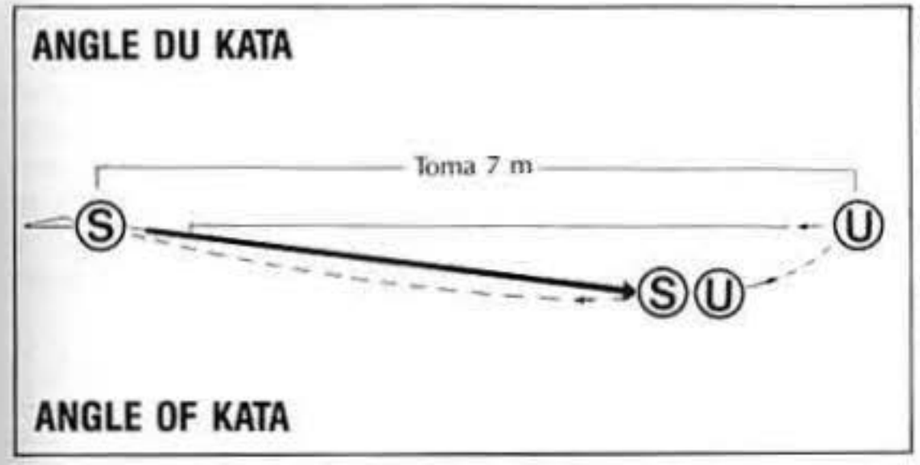
TAKING THE KAMAE

TACHI OTOSHI : faire tomber le sabre. Dès ce premier Kata, concentrez-vous sur une exécution minutieuse des Kihon. Mettez un accent particulier sur les postures (Shisei). Imposez un rythme détaché par des Kime et des Kiai entre chaque mouvement. Un flux constant de Zanshin en sera l'unique élément liant. La réussite de Tachi otoshi, comme de tous les autres Kata, repose sur l'observation scrupuleuse du Ma-ai.

TACHI OTOSHI : to make the sword drop. From this first Kata on, take care to meticulously execute the Kihon. Give particular attention to the postures (Shisei). Impose a detached rhythm by use of Kime and Kiai between the movements. The only link between them will be a constant flow of Zanshin. The success of Tachi otoshi depends — as do all other Kata — on the scrupulous observance of the Ma-ai.



太刀落



Ⓢ Shidachi

Ⓤ Uchidachi

Déplacement seul/ Moving alone

Technique proprement dite / Actual engagement

Retour / Return

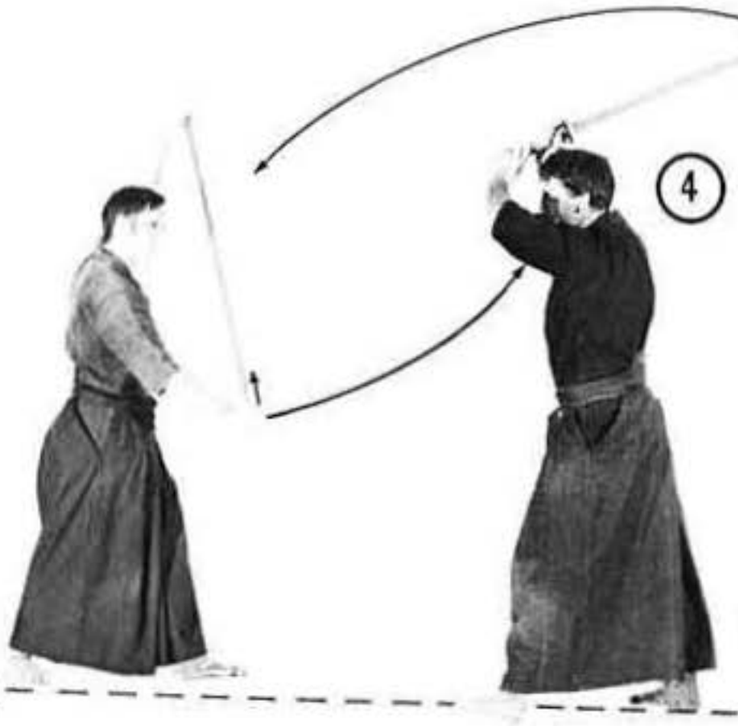
Long distance (Toma)

Shidachi — Après avoir pris Gyakute no kamae (1), glissez votre pied droit devant le pied gauche, orteils pointés vers Uchidachi, tout en retirant le Jo (2) également pointé vers les yeux de votre adversaire. Attaquez le point Tentô avec un Gyakute uchi (3). Puis votre main gauche glisse jusqu'à l'extrémité du Jo et la droite jusqu'au centre, l'autre extrémité intercepte la coupe et se trouve à la hauteur du point Uto de Uchidachi (4 et 5).

Uchidachi — Lorsque Shidachi prépare son attaque (2), baissez légèrement votre Kissaki dans sa direction et absorbez son Gyakute uchi avec la technique Uke nagashi (recevoir et laisser glisser) (3), en faisant un pas latéral avec le pied gauche (le pied droit peut glisser un petit peu en direction du pied gauche). Avancez ensuite légèrement ce même pied et coupez le cou de Shidachi dans un angle Kesa giri (4 et 5).

Shidachi — After taking Gyakute no kamae (1), slide your right foot in front of the left, toes pointing towards Uchidachi whilst drawing back the Jo (2) which still points at Uchidachi's eye level. Attack the Tentô point with a Gyakute uchi (3). Then your left hand slides up to the end of the Jo and the right to the centre. The other end parries the cut and ends up at Uchidachi's Uto level (4 and 5).

Uchidachi — When Shidachi is about to launch his attack (2), lower your Kissaki slightly towards him and absorb his Gyakute uchi using the Uke nagashi (receive and let slide) technique (3), making a lateral step with the left foot (the right foot may slide a little bit in the direction of the left foot). Then move the left foot slightly forwards and cut Shidachi's neck through a Kesa giri angle (4 and 5).

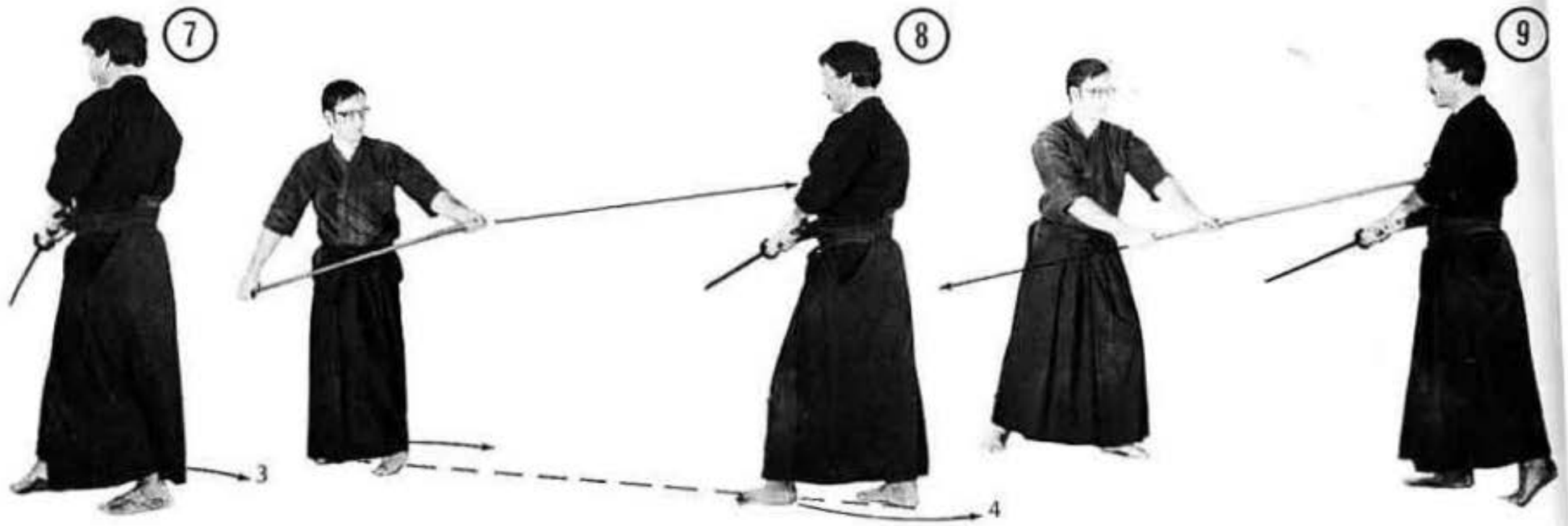


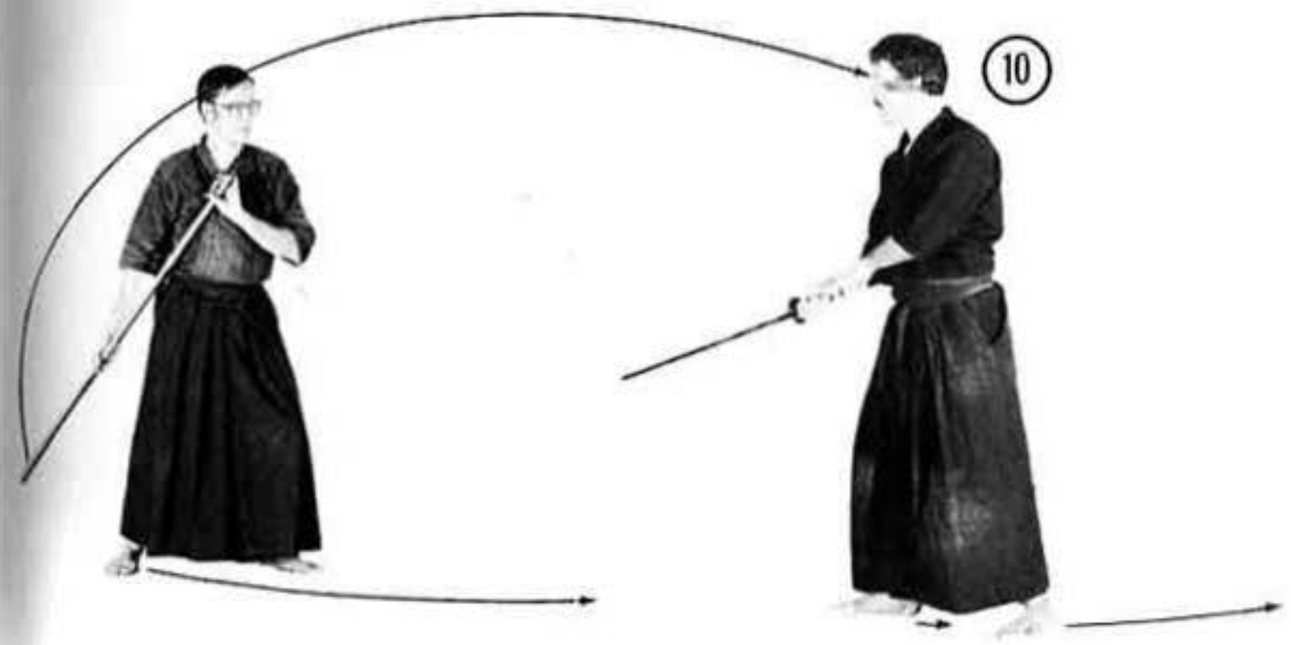
Shidachi — Faites maintenant un Kuri tsuke énergique (6). Lorsque Uchidachi se dégage, mettez-vous en position de Kaeshi tsuki et percutez-le d'un coup d'estoc au niveau du plexus solaire quand il amorce son 4e pas (7 à 9). Sans reculer, Mettez-vous en Hiki otoshi no kamae et attaquez le point Uto de Uchidachi (11 et 12). Effectuez Osame sans précipitation, comme indiqué dans la séqence des dessins au trait.

Uchidachi — Absorbez le Kuri tsuke comn dans les Kihon sôtai (6). Pour vous dégag partez du pied droit (petit pas), puis gauch droit encore, et absorbez le Tsuki alors qu vous reculez le gauche pour la seconde foi Evitez le Hiki otoshi uchi d'un grand Tsu ashi vers l'arrière en partant du pied gauch (11). De la position Gedan, passez à la positio Hodoku (12).

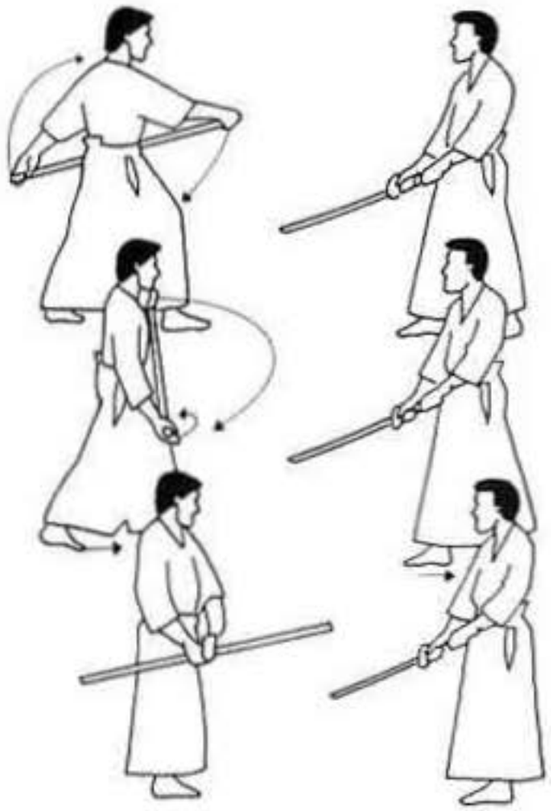
Shidachi — Now carry out a powerful Kuri tsuke (6). When Uchidachi withdraws, move into the Kaeshi tsuki position and strike him in the solar plexus when he starts his fourth step (7 to 9). Without stepping back, assume Hiki otoshi no kamae and attack Uchidachi's Uto point (11 and 12). Execute Osame slowly, as shown in the line drawings.

Uchidachi — Absorb the Kuri tsuke as in th Kihon sôtai (6). To disengage yourself, start b moving the right foot (small step), then the left the right again, and absorb the Tsuki as yo are moving the left foot back for the secon time. Avoid the Hiki otoshi uchi by making a big Tsugi ashi backwards beginning with the left foot (11). From Gedan, take the Hodoku position (12).



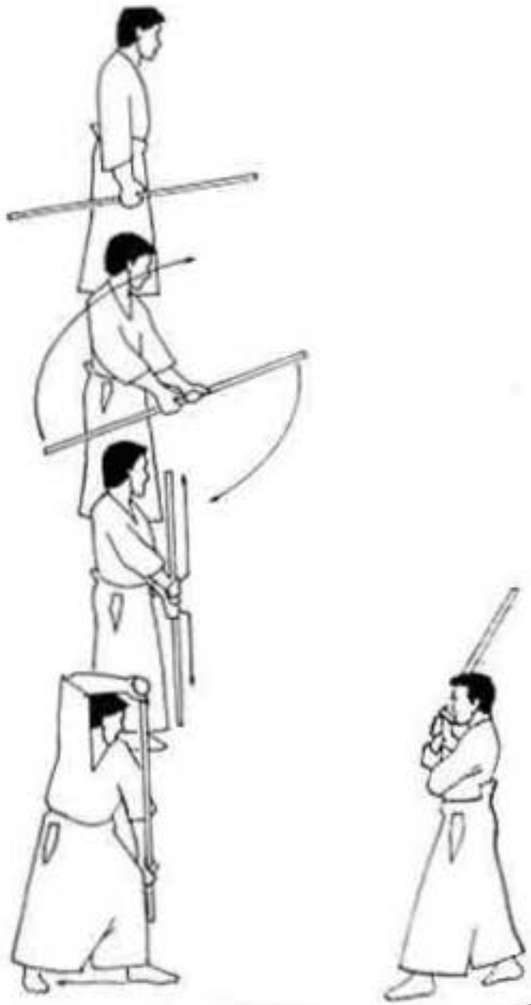


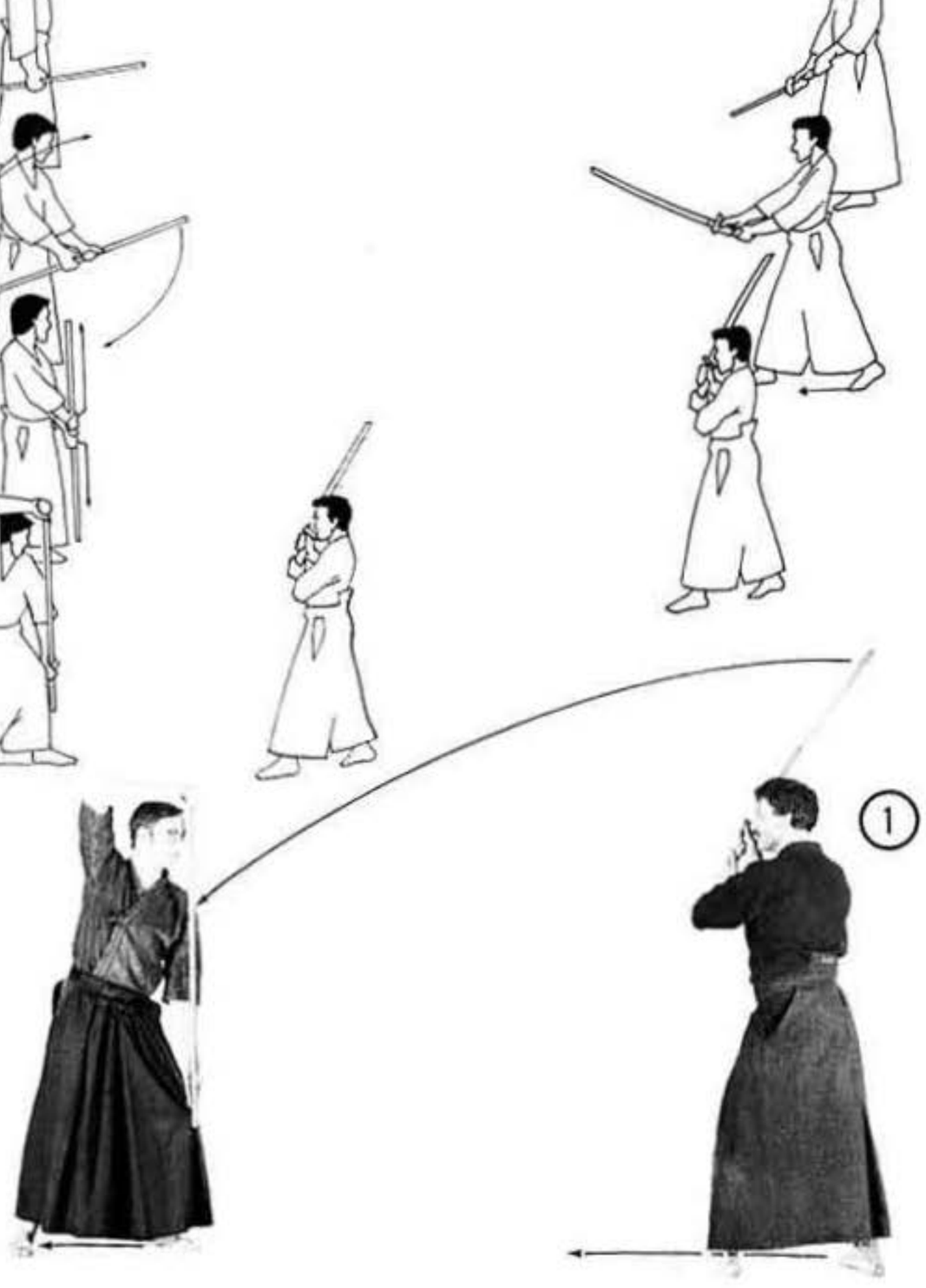
OSAME



tsuba wari

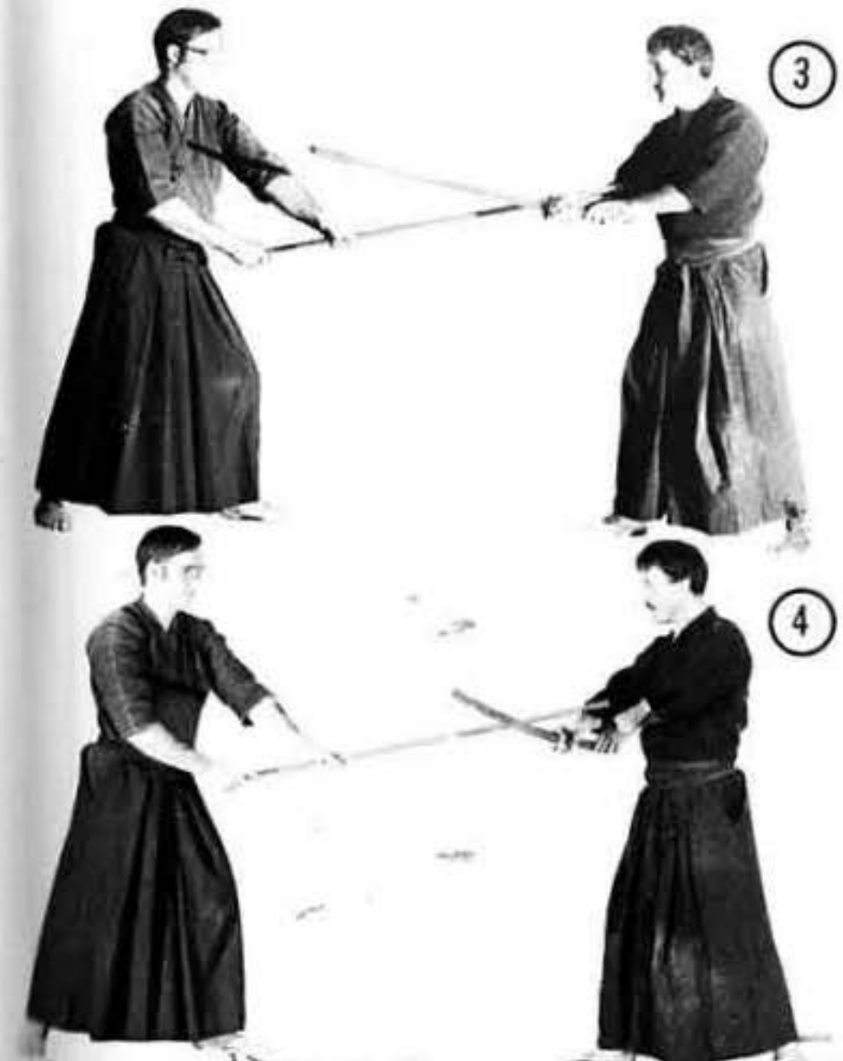
鍔割





TSUBA WARI : briser la garde (Tsuba). De par la précision qu'il exige, ce Kata est d'une grande complexité. Placé second dans cette série, Tsuba wari risque de décourager le débutant par les difficultés qu'il recèle. La séquence des points 5 à 9 doit être réglée minutieusement et peut faire l'objet d'un entraînement spécial sous forme de Uchi komi (attaques répétitives). Bien maîtrisée, cette technique est d'une grande efficacité.

TSUBA WARI : breaking the handguard (Tsuba). The accuracy required makes this Kata a very complex one. It is the second Kata of the series and the hidden difficulties could very well discourage the beginner. The sequence from point 5 to point 9 must be thoroughly studied, and can be the subject of special practice in the form of Uchi komi (repeated attacks). When it is fully mastered, this technique is quite powerful.



Shidachi — Evitez la coupe en reculant le pied gauche contre le droit, face à Uchidachi (2). Puis reculez légèrement le pied droit en laissant votre poids du corps sur le gauche en frappant le poignet droit de Uchidachi d'un grand Honte uchi (3). Lorsque ce dernier avance, bloquez-le dans le Suigetsu en abaissant votre centre de gravité par un grand pas sur la droite, un peu vers l'avant (5). Alors que Uchidachi tente une coupe, contrôlez son poignet armé d'un mouvement en cuiller et faites disparaître votre jambe gauche derrière la droite, le genou en contact avec le haut du mollet droit (7 et 8).

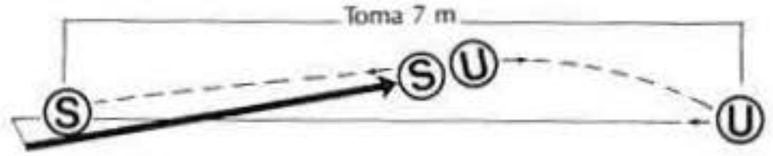
Uchidachi — Coupez les muscles du tripceps juste au-dessous de l'épaule (Jôwan) dans un angle Kesa giri (2). Avancez ensuite votre pied gauche contre le droit. Le Jo vous contrôle entre les deux poignets (schéma page suivante). Tournez-vous ensuite de côté et coupez de bas en haut l'artère fémorale de la cuisse gauche de Shidachi en avançant le pied droit, la main gauche plaquée contre votre hanche (7). Retournez ensuite votre Bokken pour tenter une coupe sur l'arrière de son cou (8).

Shidachi — Avoid the cut by bringing the left foot back to the right foot, facing Uchidachi (2). Then step back slightly with the right foot, keeping your weight on the left, and strike Uchidachi's right wrist with a big Honte uchi (3). When Uchidachi moves forward, block him by lowering your centre of gravity taking a big step to the right and a little forward (5). As Uchidachi attempts a cut, control his armed wrist using a scooping action and move your left leg to the back of the right leg, the knee touching the upper part of the right calf (7 and 8).

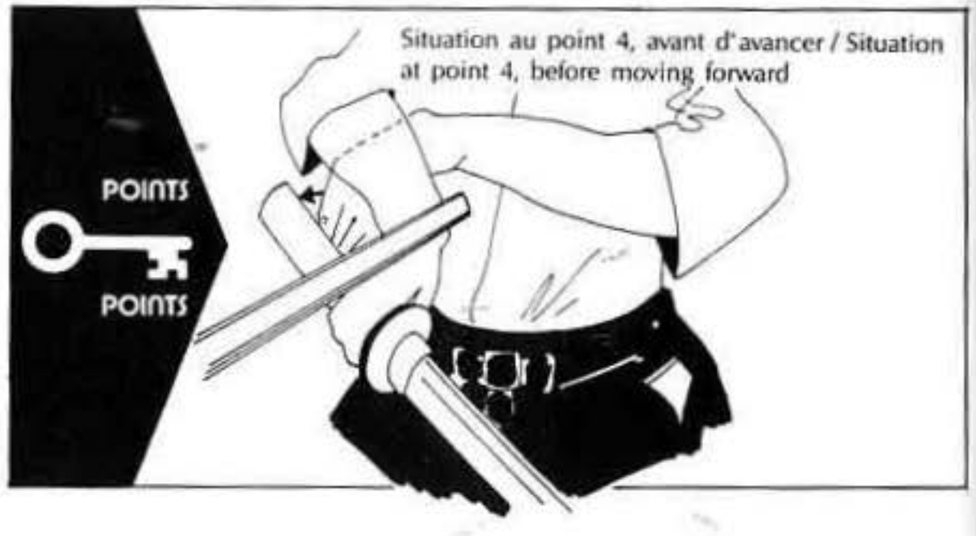
Uchidachi — Cut the triceps muscles just below the shoulder (Jôwan)) through a Kesa giri angle (2). Then move the left foot forward to the right foot, the Jo controlling you between both wrists (see diagram next page). Then turn sideways and cut, in an upward movement, the femoral artery on Shidachi's left thigh, moving the right foot forward, left hand held against the hip (7). Then turn your Bokken over to try to cut behind his neck (8).

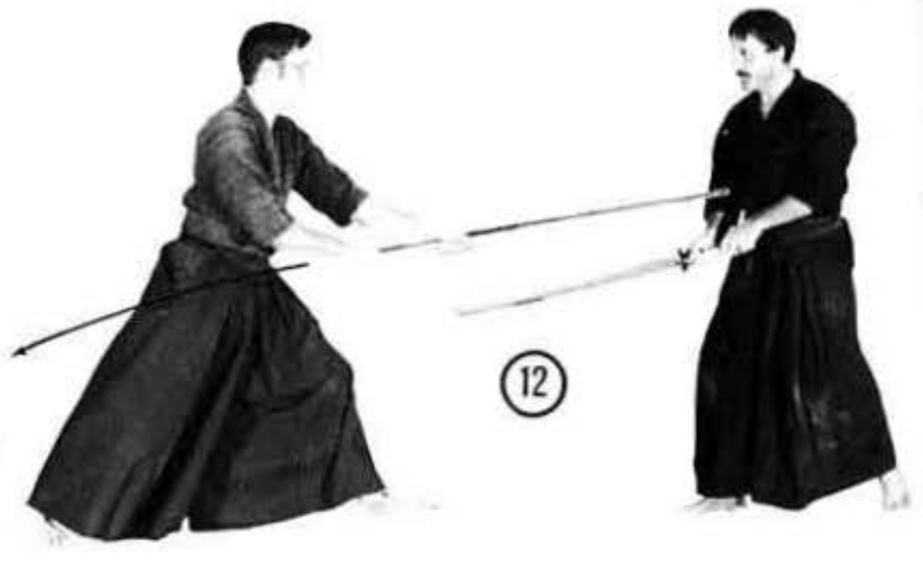
(Tsuba wari, suite / continued)

ANGLE DU KATA



ANGLE OF KATA



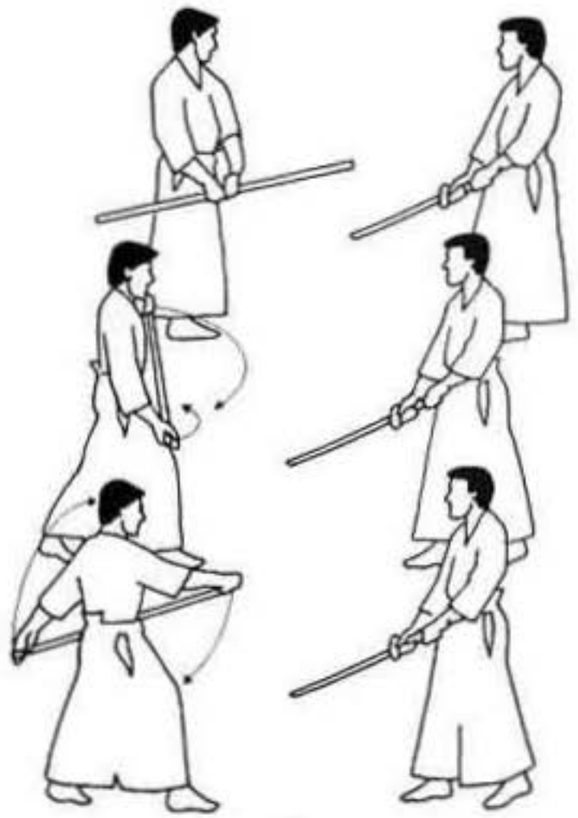


Shidachi — Faites ensuite Kuri tsuke en prenant soin que vos pieds ne forment qu'une ligne avec ceux de Uchidachi (9). Lorsque ce dernier se dégage (10), percutez le d'un Tsuki au 3e pas, directement depuis votre hanche droite (12). Depuis le point 13, procédez de même que pour Tachi otoshi.

Uchidachi — Absorbez le Kuri tsuke en gardant votre arme dans la direction de Shidachi et en reprenant possession du Tsuka avec votre main gauche (9). Désengagez d'un petit pas du pied gauche, puis du pied droit (10), et absorbez le Tsuki avec le pied gauche quand il recule pour la seconde fois (11 et 12). Depuis le point 13, procédez comme pour Tachi otoshi.

Shidachi — Then do Kuri tsuke making sure that your feet form a single line with Uchidachi's (9). When he frees himself (10), strike him with a Tsuki on the third step, directly from your right hip (12). From point 13 on, proceed as in Tachi otoshi.

Uchidachi — Absorb the Kuri tsuke while keeping your weapon pointing towards Shidachi and by re-grasping the Tsuka with your left hand (9). Withdraw with a little step with the left foot, then the right (10), and absorb the Tsuki with the left foot when you move it back for the second time (11 and 12). From point 13 on, proceed as in Tachi otoshi.



tsuki zue

274

着杖

ANGLE OF KATA　　ANGLE DU KATA

TSUKI ZUE: le bâton qui atteint le but. Après Tachi otoshi, et, surtout, Tsuba wari, Tsuki zue est le bienvenu. Il est simple, semble facile, et n'est composé que d'une esquive et de deux mouvements. Ce n'est qu'après avoir pratiqué ce Kata pendant quelques années que l'on s'aperçoit que cette simplicité n'est qu'apparente. Elle cache en effet des notions particulièrement complexes.

Shidachi — La position au point 1 n'est guère favorable à un déplacement rapide. Lorsque Uchidachi coupe, faites un grand pas (droite, gauche) vers l'arrière et à environ 15 degrés sur la droite (2 et 3). Gardez l'extrémité du Jo au sol mais dirigée vers la ligne centrale de Uchidachi (3). Votre main droite est en contact avec votre hanche, et la main gauche est posée sur le Jo. Puis, avec un grand mouvement ovale par l'extérieur (4), revenez, en Tsugi ashi, sur le poignet gauche de Uchidachi en passant juste devant son point Uto (5). L'angle du Jo doit être perpendiculaire au plexus solaire de Uchidachi.

Uchidachi — Coupez le point Tentô de Shidachi dans un angle Shômen (2). Arrêtez votre coupe au niveau du Seika tanden (3). Attendez la suite sans bouger, mais en faisant toutefois attention à la trajectoire du Jo qui va passer près de votre visage (4 et 5).

TSUKI ZUE: the stick that reaches the target. After Tachi otoshi, and particularly Tsuba wari, Tsuki zue is most welcome. It is simple, it seems easy, and comprises only one escape and two movements. It is only after practising this Kata for a few years that one realizes that this simplicity is in fact mere appearance: it hides particularly complex concepts.

Shidachi — The position at point 1 is not particularly suited to rapid movement. When Uchidachi cuts, take a big step backwards (right, left) at approximately 15 degrees to the right (2 and 3). Keep the end of the Jo on the ground, but aligned with Uchidachi's centre-line (3). Your right hand touches your hip, the left is on the Jo. Then, with a great oval movement from the outside (4), step in Tsugi ashi towards Uchidachi and strike his left wrist, passing just in front of his Uto point (5). The Jo should be at a right angle to Uchidachi's solar plexus.

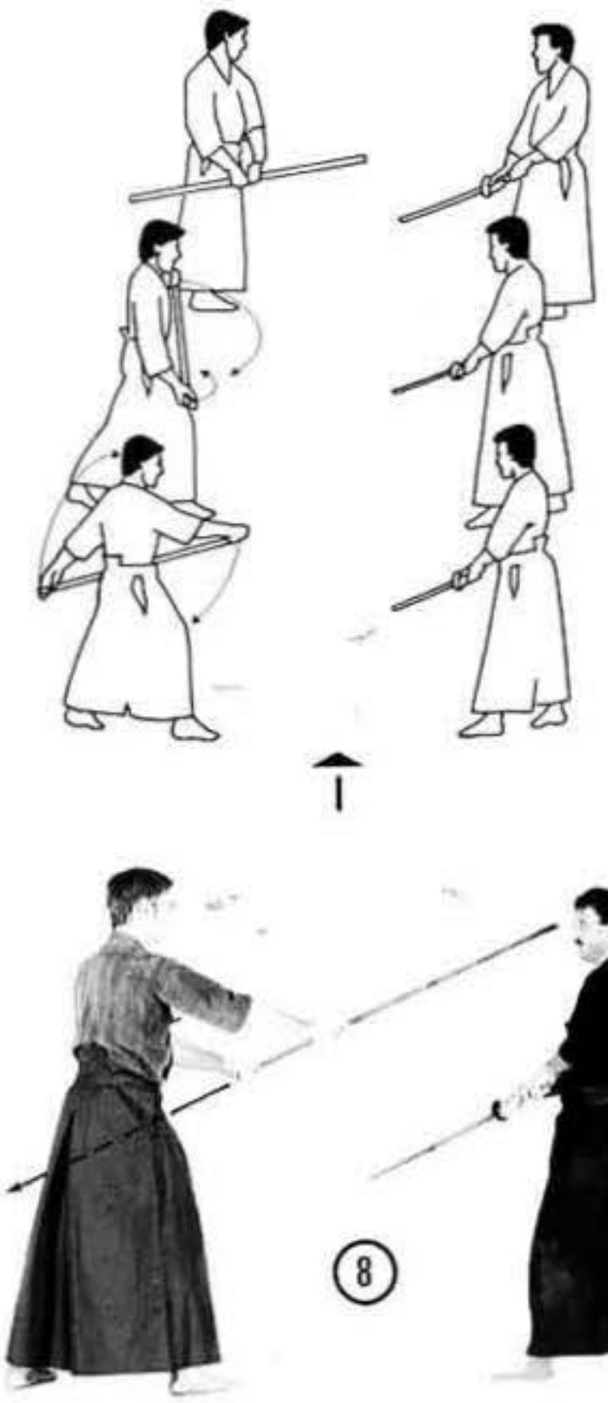
Uchidachi — Cut Shidachi's Tentô point through a Shômen angle (2). Cut down to the Seika tanden level (3). Hold the action without moving, but beware the Jo, which will pass close to your face (4 and 5).

Shidachi — Depuis le point 5, à peine Uchidachi commence à lever son sabre, effectuez un Honte uchi dynamique sur son poignet gauche (6 et 7) afin de supprimer toute possibilité de coupe. Cette suppression de l'attaque avant qu'elle ait eu lieu est connue sous le terme de « Sen no Sen ». Le contact du Jo sur le poignet ne doit pas occasionner d'hématome, mais il doit être suffisamment appuyé pour que Uchidachi ressente un contrôle réel. Depuis le point 8, procédez comme pour les Kata précédents.

Uchidachi — Lorsque vous prenez la position Jôdan (6 et 7), pensez que c'est pour une coupe vers l'avant. Le talon du pied arrière sera donc légèrement décollé du sol. D'autre part, pour votre sécurité, ne levez pas votre sabre très haut comme il est normal de le faire pour la position Jôdan. Votre poignet gauche protégera ainsi votre visage. De cette position, abaissez votre arme sur votre droite et jusqu'à la position Hodoku (8).

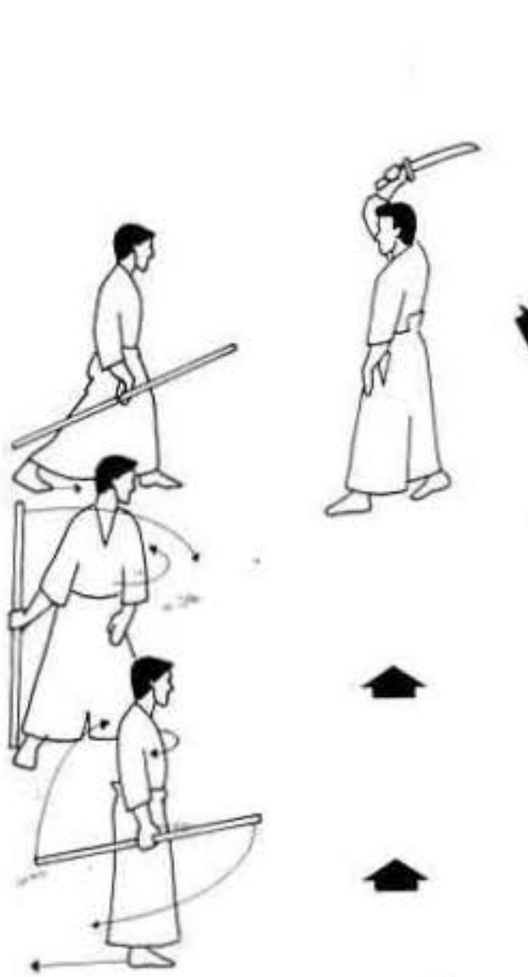
Shidachi — From point 5, as soon as Uchidachi starts to raise his sword, make a dynamic Honte uchi against his left wrist (6 and 7) to eliminate any chance of his attempting a cut. This quashing of the attack before it is launched is called " Sen no Sen ". The Jo strike should not be powerful enough to bruise the wrist, but the blow must be firm enough to make Uchidachi feel a genuine control. From point 8 on, proceed as in the previous Kata.

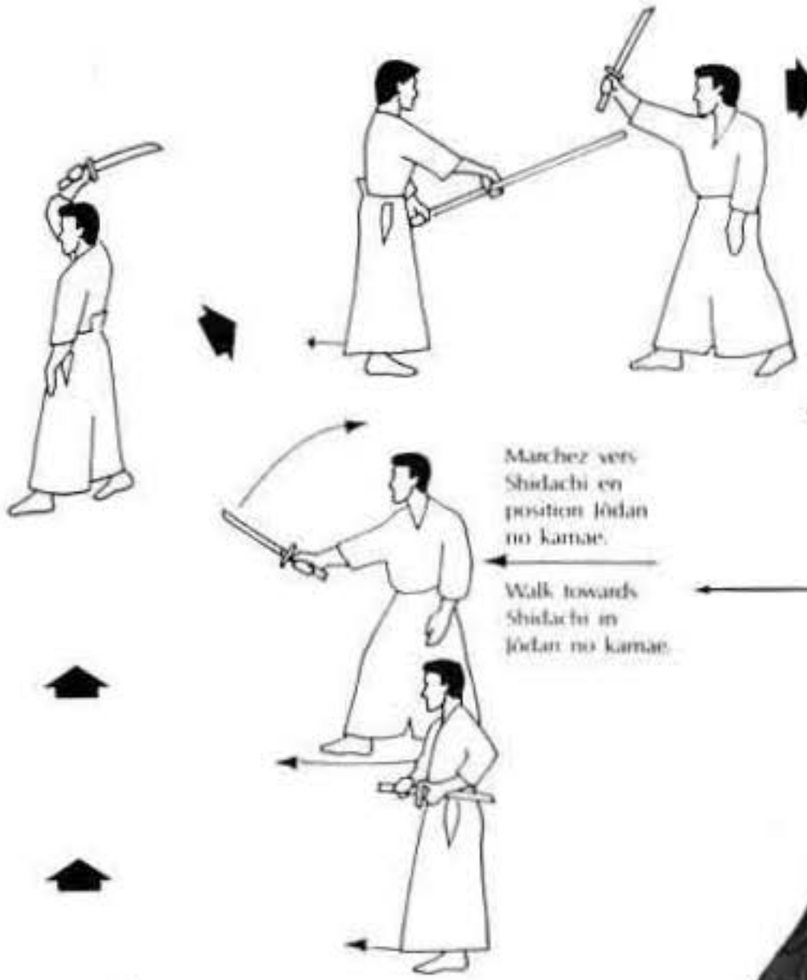
Uchidachi — When taking Jôdan no kamae (6 and 7), bear in mind that it is for a forward cut. The left heel should therefore be raised slightly off the ground. Furthermore, for your own safety, do not raise the sword very high, as is usually done for the Jôdan position : your left wrist will thus protect your face. From this position, lower your weapon on your right and take the Hodoku position (8).



hissage

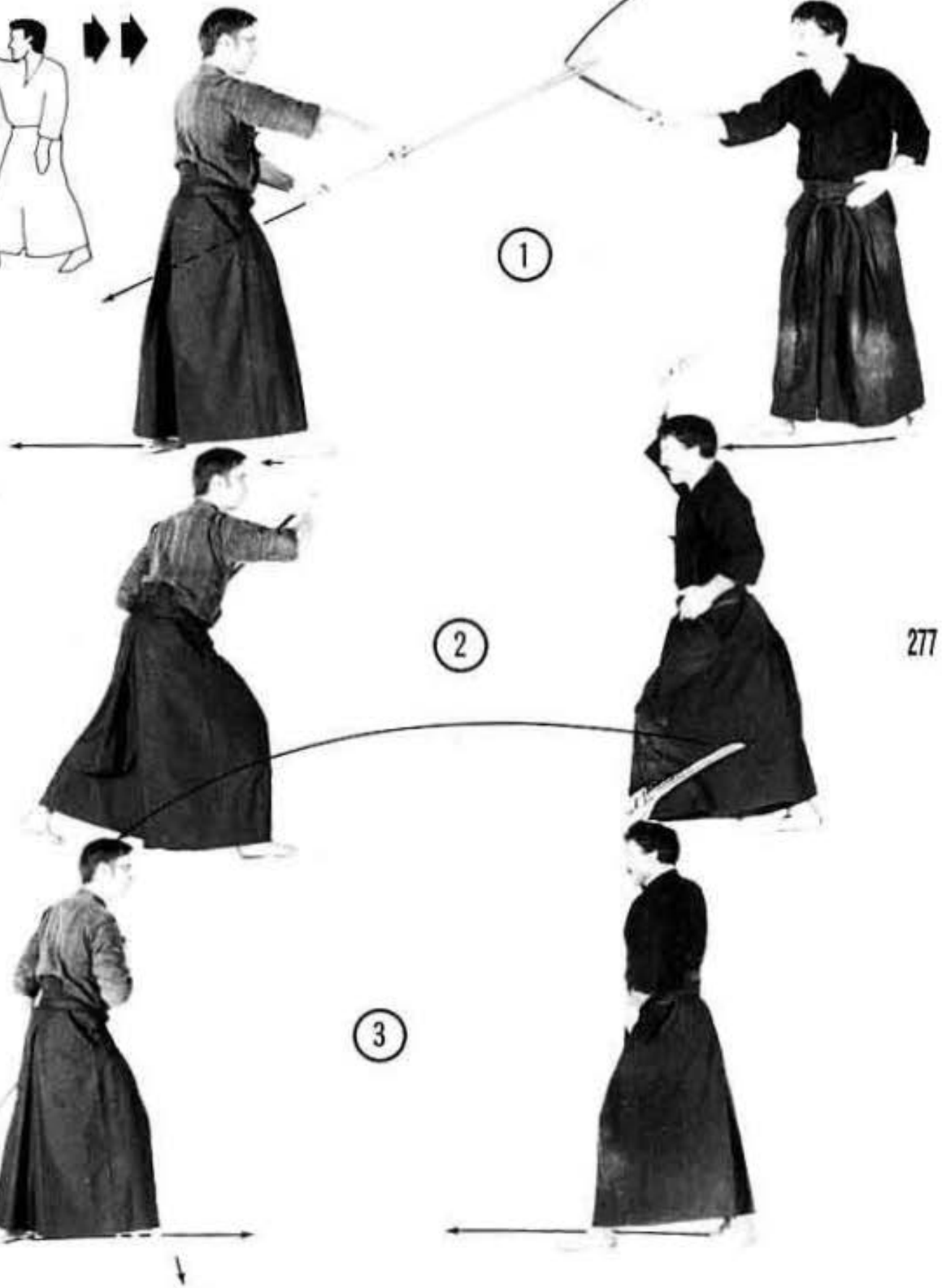
引下げ





Marchez vers Shidachi en position Jôdan no kamae.

Walk towards Shidachi in Jôdan no kamae.



HISSAGE: baisser, faire descendre. Pour la première fois, le Kodachi remplace le Odachi. L'élément intéressant introduit par l'utilisation du petit sabre est que cette arme, pourtant bien plus courte, ne nécessite aucun changement de Ma-ai. La dimension plus petite du Kodachi est compensée par la position Hanmi (de côté) qu'elle permet d'adopter. Pour raison de simplicité, le Odachi est souvent utilisé pour ce Kata. Astreignez-vous cependant à utiliser le Kodachi aussi souvent que possible.

HISSAGE: to lower, to make drop. For the first time, the Kodachi replaces the Odachi. The interesting aspect about the short sword is that this weapon, although much shorter than the Odachi, requires no change in Ma-ai. The shorter reach of the Kodachi is compensated by the Hanmi (sideways) single hand grip position. For reasons of simplicity, the Odachi is often used in this Kata. Do try, though, to use the Kodachi as often as possible.

(Hissage, suite / continued)

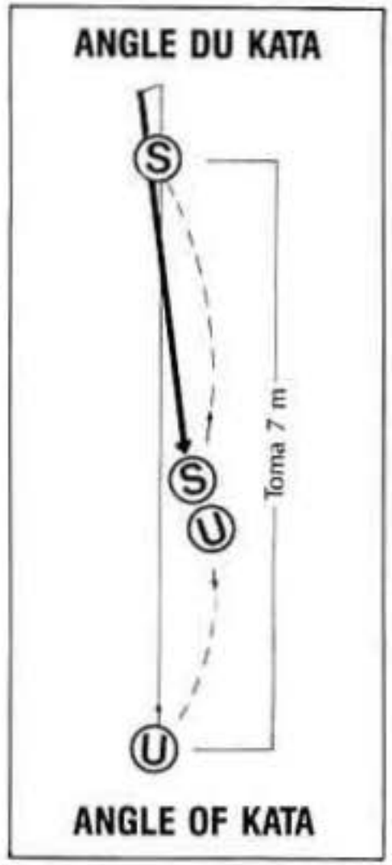
Shidachi — Lorsque Uchidachi prend Jôdan no kamae, faites un grand Tsugi ashi vers l'arrière (2 et 3) en position Hanmi. Puis faites un pas latéral avec le pied droit et avancez le pied gauche à droite de votre ligne centrale (4 et 5) et faites Kuri tsuke. Après le Kuri tsuke (6), retournez votre main gauche en position Honte (7) pour le Tsuki (8) et prenez Hiki otoshi no kamae sans reculer (9). Attaquez le point Uto (10 et 11).

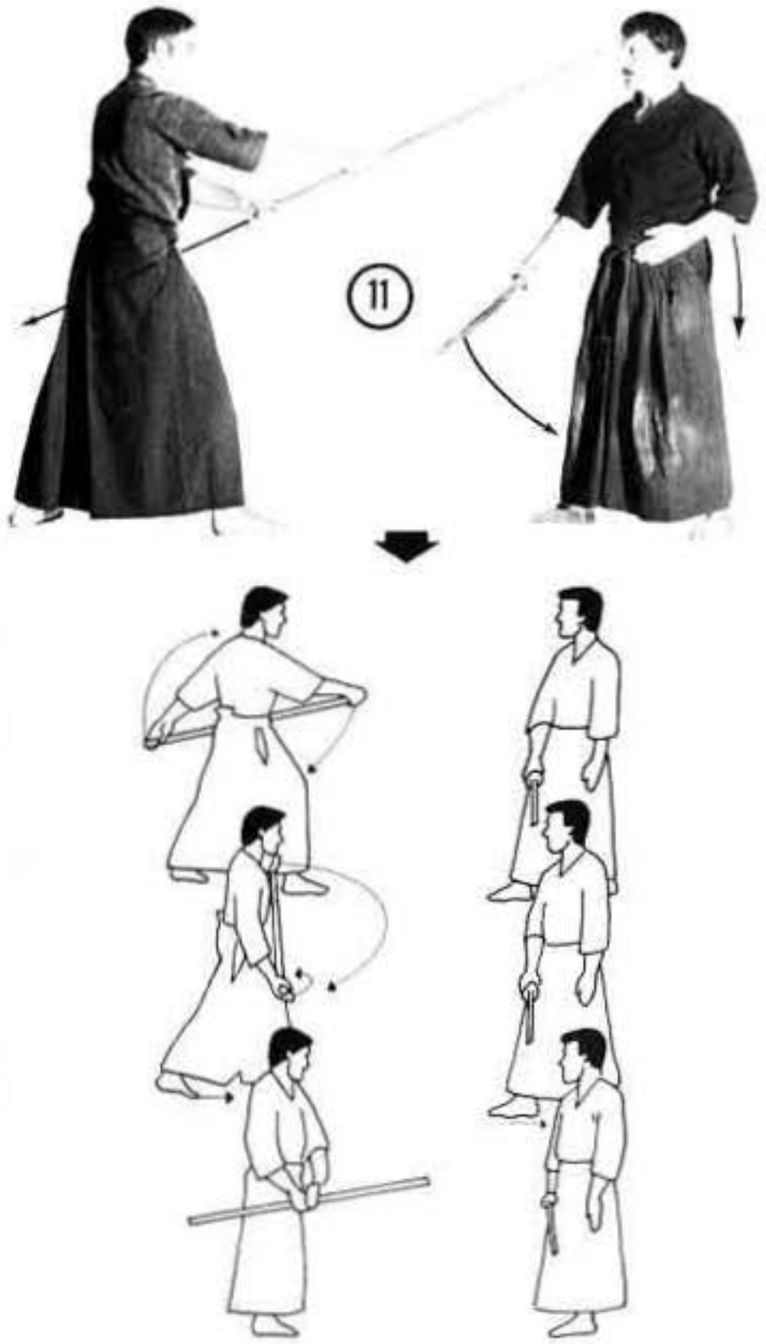
Uchidachi — Marchez vers Shidachi avec le Kodachi en Jôdan no kamae. Après Awase (1), reprenez Jôdan no kamae en avançant le pied gauche (2) puis attaquez Tentô avec le pied droit (3 à 5). Absorbez le Kuri tsuke (6) et désengagez avec le pied gauche (7), puis le droit, et absorbez le Tsuki avec le pied gauche (8). Un dernier Tsugi ashi vers l'arrière pour éviter le Hiki otoshi uchi (10 et 11). Relaxez vos mains en guise de Hodoku.

Shidachi — When Uchidachi takes Jôdan no kamae, make a big Tsugi ashi backwards (2 and 3) in a Hanmi position. Then step sideways with the right foot and move the left foot forward to the right of your centre-line (4 and 5) and assume the Kuri tsuke position. After the Kuri tsuke (6), turn your left hand to the Honte position (7) for the Tsuki and assume Hiki otoshi no kamae without moving back (9). Attack the Uto point (10 and 11).

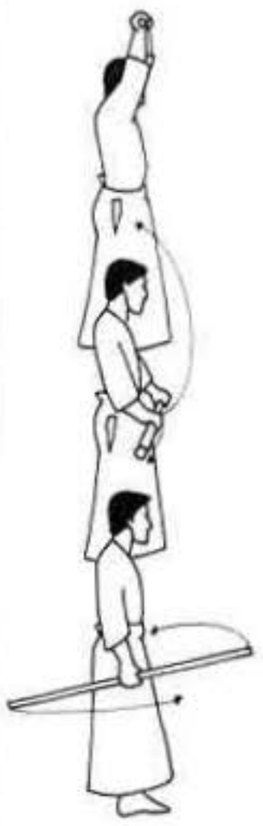
Uchidachi — Walk towards Shidachi with the Kodachi in Jôdan. After Awase, take Jôdan again by moving the left foot forward (2), then attack Tentô with the right foot (3 to 5). Absorb the Kuri tsuke (6) and disengage with the left foot (7), then the right, and absorb the Tsuki with the left foot (8). Make a final Tsugi ashi backwards to avoid the Hiki otoshi uchi (10 and 11). Relax both hands as a sign of Hodoku.

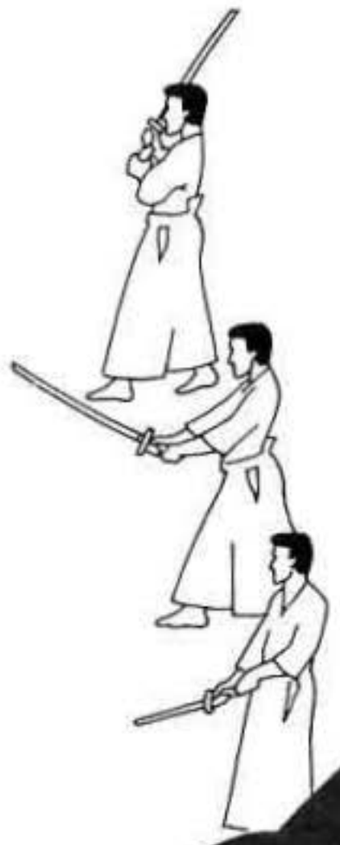
8
9
10


ANGLE DU KATA
S
S
U
U
Toma 7 m
ANGLE OF KATA


11

左貫





SAKAN : pénétration par la gauche. La structure de ce Kata est assez simple. Composé de deux Kihon, Tsuki hazushi uchi et Hiki otoshi uchi, Sakan permet pour la première fois à Shidachi d'utiliser toute son énergie. Attention à l'exécution de ces deux Kihon ; il faut les replacer dans le contexte d'un Kata et y inclure la notion de Ri-ai.

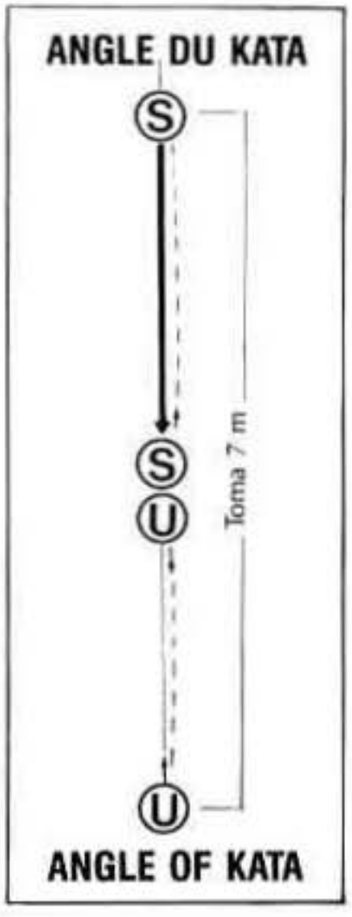
Shidachi — De 1 à 8, procédez de même que pour les Kihon sôtai. Dans le cas de Sakan, cependant, il ne s'agit pas d'une technique répétitive. Une seule chance vous est accordée. Il faut la saisir du premier coup.

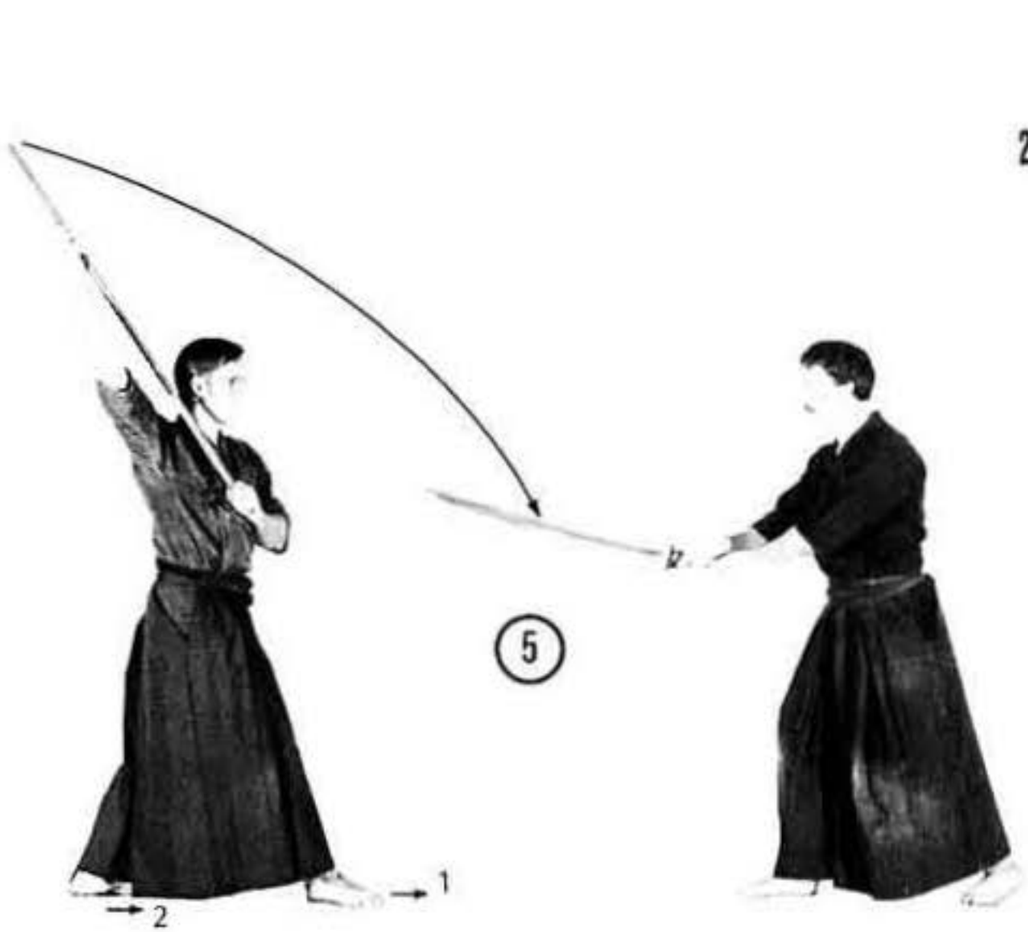
Uchidachi — Jusqu'au point 7, le rôle de Uchidachi ne diffère pas de celui que vous tenez lors des Kihon sôtai. Pour le Tsuki, prenez soin de viser le côté gauche de Shidachi (la rate) en tournant le tranchant de votre sabre légèrement vers votre droite juste avant la pénétration.

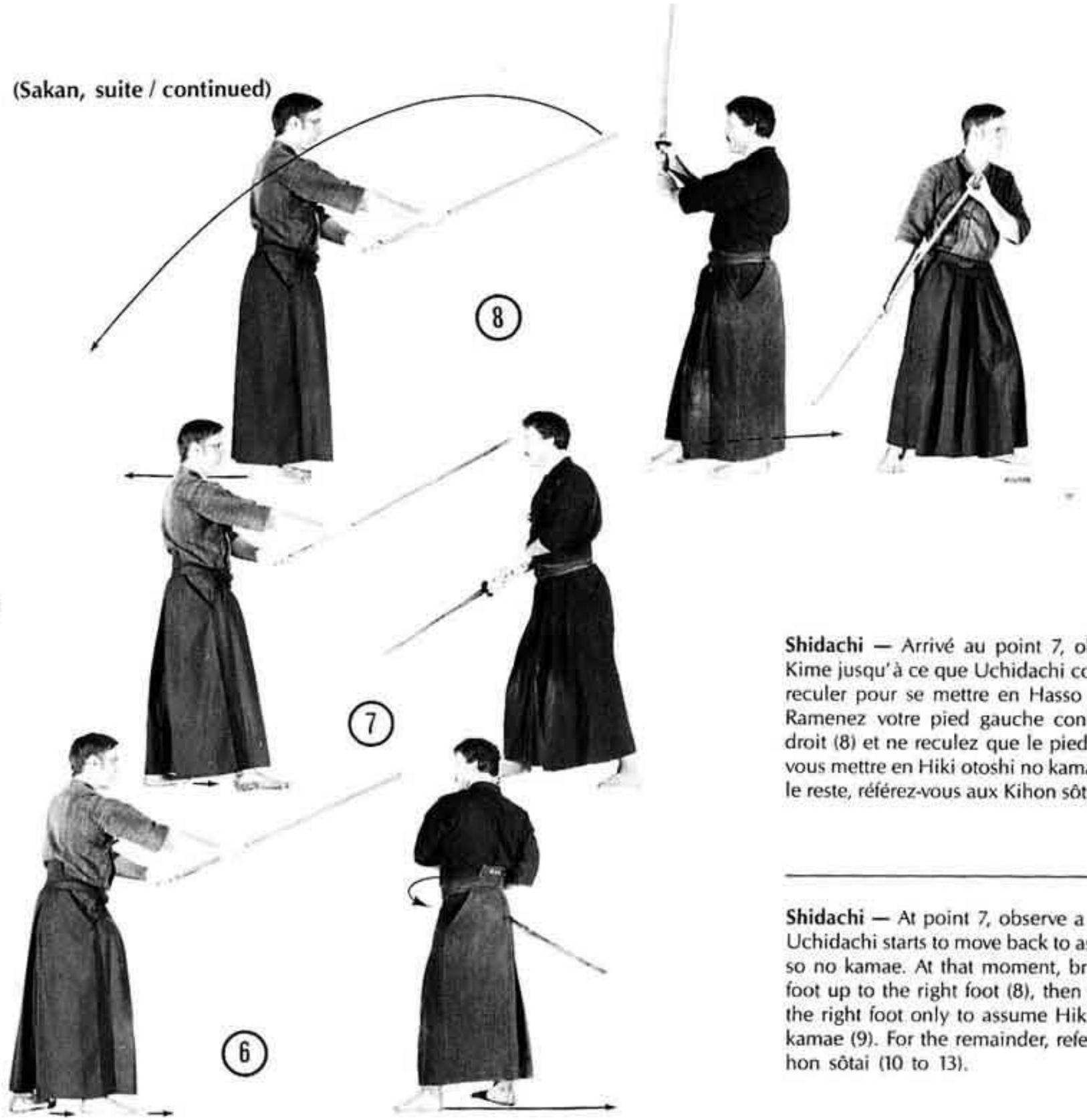
SAKAN : penetration from the left. The structure of this Kata is quite simple. Composed of two Kihon, Tsuki hazushi uchi and Hiki otoshi uchi, Sakan allows Shidachi, for the first time, to make full use of his energy. Carry out these two Kihon carefully : you must put them in the context of Kata and include the notion of Ri-ai.

Shidachi - From point 1 to point 8, proceed as in the Kihon sôtai. However, in the case of Sakan, the technique is not repetitive. You are given only one chance : seize the first time.

Uchidachi — Up to point 7, your role is no different from the one you hold during the Kihon sôtai. For the Tsuki, take care to target Shidachi's left side (the spleen) by turning your sword's edge slightly to your right just before penetration.







Shidachi — Arrivé au point 7, observez un Kime jusqu'à ce que Uchidachi commence à reculer pour se mettre en Hasso no kamae. Ramenez votre pied gauche contre le pied droit (8) et ne reculez que le pied droit pour vous mettre en Hiki otoshi no kamae (9). Pour le reste, référez-vous aux Kihon sôtai (10 à 13).

Uchidachi — Observez un léger Kime au point 7 de façon à tester le Zanshin de Shidachi qui doit garder son Jo pointé vers votre Uto, puis prenez Hasso no kamae (8 et 9). Lors de la coupe pour menacer Shidachi (10), respectez le Ma-ai indiqué dans le chapitre des Kihon sôtai (environ 1 m de la Kissaki à Shidachi). Terminez en revenant avec le sabre et les hanches à la position Hodoku (13).

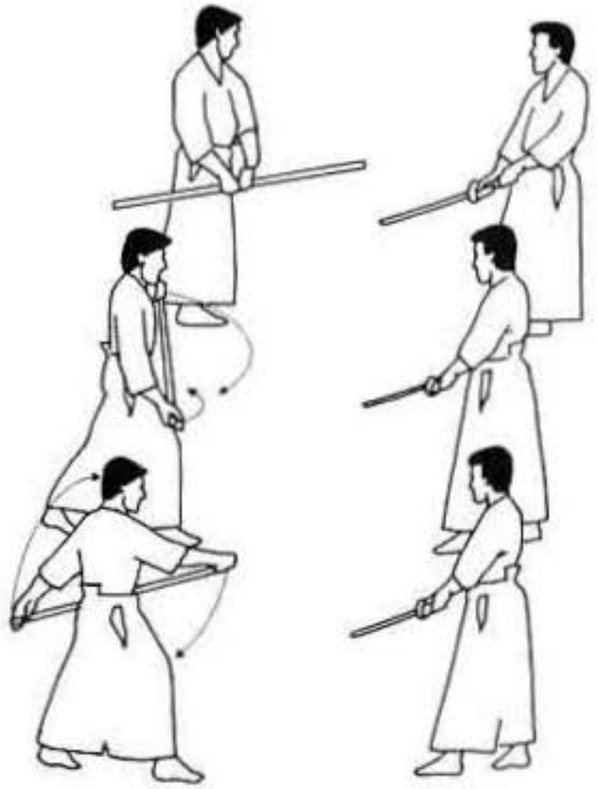
Shidachi — At point 7, observe a Kime until Uchidachi starts to move back to assume Hasso no kamae. At that moment, bring the left foot up to the right foot (8), then move back the right foot only to assume Hiki otoshi no kamae (9). For the remainder, refer to the Kihon sôtai (10 to 13).

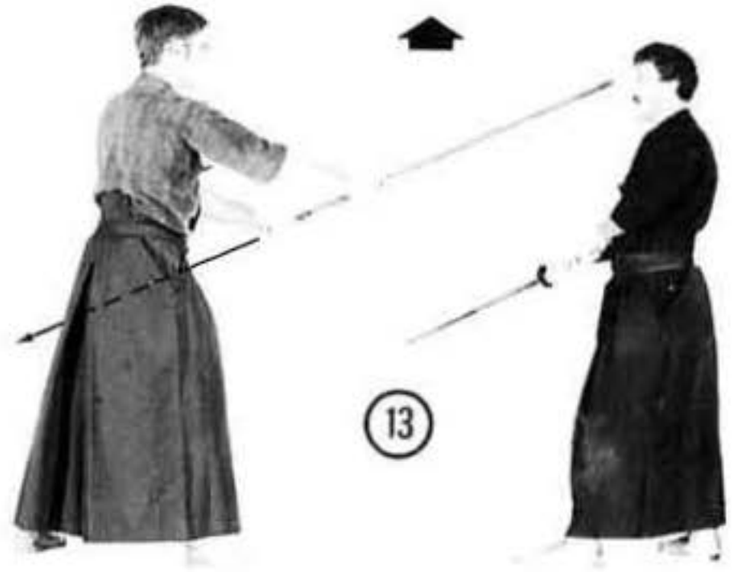
Uchidachi — Observe a small Kime at point 7 in order to test Shidachi's Zanshin. Shidachi must keep his Jo pointed at your Uto. Then assume Hasso no kamae (8 and 9). For the threatening cut (10), refer to the Ma-ai given in the chapter on the Kihon sôtai. There should be approximately 1 m between the Kissaki and Shidachi. End by moving the sword and the hips back to the Hodoku position (13).

10

11

12




13

ukan

UKAN : pénétration par la droite. Avec Tsuba wari, Ukan est un des Kata les plus complexes de la série Omote. Plusieurs techniques ne figurent pas parmi les Kihon. Il est recommandé que ces nouvelles techniques fassent l'objet d'un entraînement particulier. Ne cherchez pas à «comprendre» Ukan dès que vous l'abordez. Il faut plusieurs années avant d'en comprendre l'essence.

Shidachi — Au contraire de Sakan, c'est vers l'avant que vous évitez le Tsuki de Ukan. Faites un grand pas (gauche, droite), légèrement à gauche de votre ligne centrale et bloquez Uchidachi en plaçant l'extrémité du Jo dans la région de son foie (2 à 4). Lorsque Uchidachi se retire, poursuivez-le d'un Gyakute uchi sur le sommet de l'épaule (5 et 6). Lorsqu'il revient à l'attaque, passez votre pied droit devant le gauche et retirez le Jo en le gardant pointé vers son point Uto, jusqu'à ce que votre main droite atteigne l'endroit correspondant à la position Honte une fois le Jo retourné (7). Attention aux angles (voir schéma).

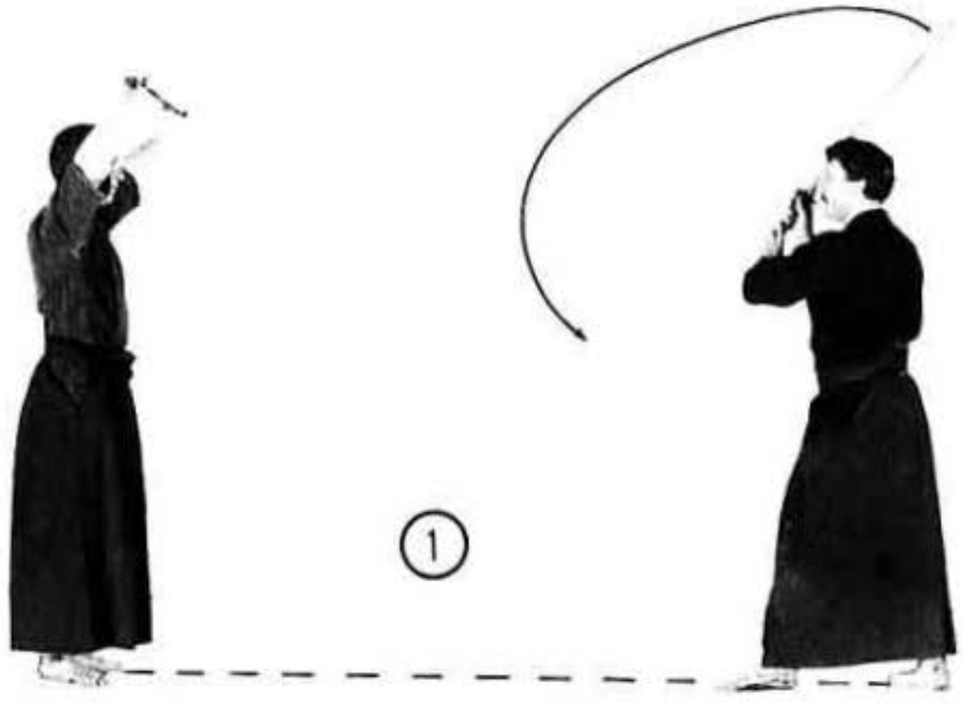
Uchidachi — Effectuez le Tsuki dans le foie de Shida en tournant un peu le tranchant vers la gauche ju avant la pénétration (3). Après le contrôle de Shida désengagez en passant le pied droit devant le gauc puis le gauche derrière le droit, et cela dans l'an que le Jo vous a imposé (5 et 6). Vous avez adopt position Jôdan. Pivotez maintenant sur votre droit tentez une coupe au cou de Shidachi dans un an Kesa giri (7).

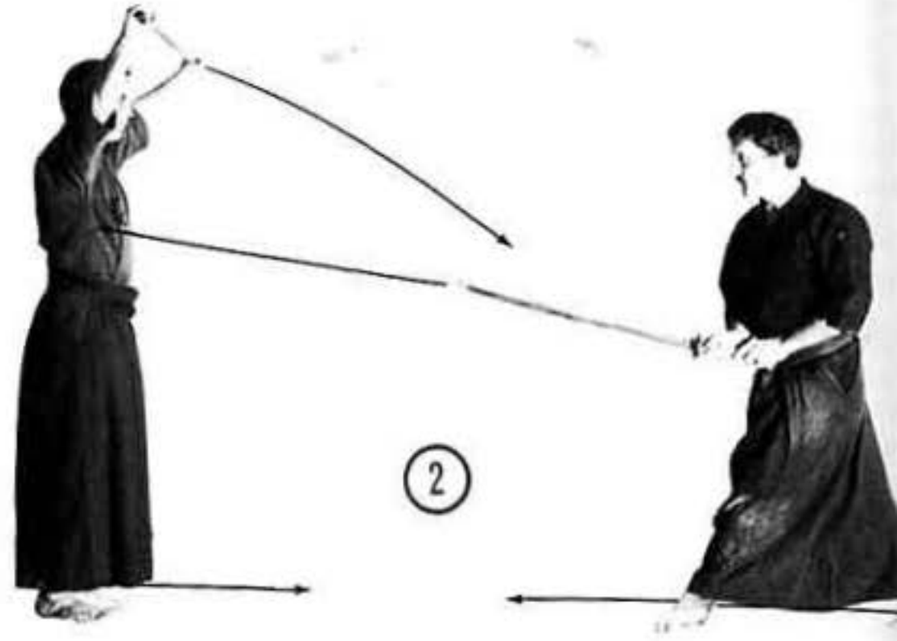
UKAN : penetration from the right. Along with Tsuba wari, Ukan is one of the most complex Kata in the Omote series. Several techniques are not covered in the Kihon. It is advisable that these new techniques be specially practised. Do not try to "understand" Ukan at the first attempt. It takes several years to experience the nature of it.

Shidachi — Unlike in Sakan, you avoid the Tsuki in Ukan by coming forward. Make a big step (left, right) slightly to the left of your centre-line and block Uchidachi by placing the end of the Jo in the liver area (2 to 4). When Uchidachi retreats, pursue him with a Gyakute uchi on the top of the shoulder (5 and 6). When he attacks again, pass the right foot in front of the left and withdraw the Jo, keeping it pointed at his Uto point, until your right hand reaches the spot corresponding to a Honte position when the Jo has be flipped over (7). Watch the angles (see the diagra

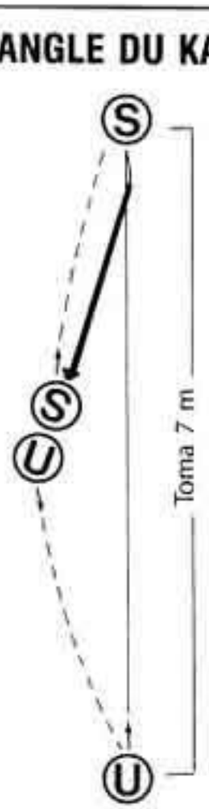
Uchidachi — Aim the Tsuki at Shidachi's liver, turni the sword's edge slightly to the left just before penet tion (3). After Shidachi blocks the thrust, withdraw moving the right foot in front of the left, then the behind the right, at the angle set by the Jo (5 and You are now in Jôdan no kamae. Pivot to the right a attempt a cut at Shidachi's neck through a Kesa giri gle (7).

右貫

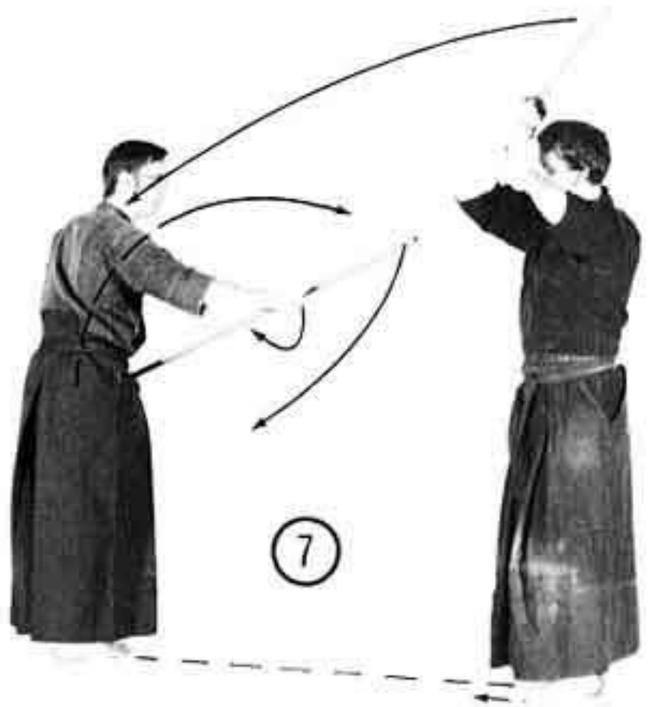




ANGLE DU KATA



ANGLE OF KATA



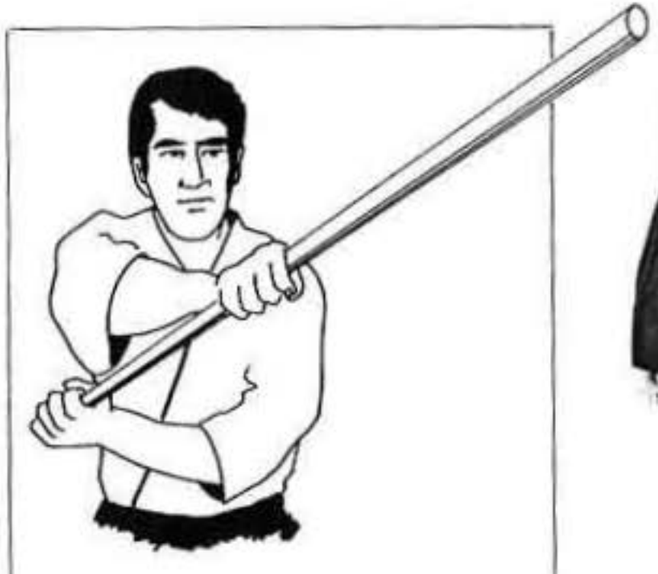
(Ukan,uite / continued)

Shidachi — Vous avez mis une certaine pression dans les doigts de votre main droite et, lorsque vous lâchez l'extrémité arrière du Jo, en même temps que vous reculez le pied gauche, votre arme pivote comme un coup de fouet dans votre main droite. Le Jo arrive sur le poignet droit de Uchidachi (8). Avec une légère pression sur ce poignet, joignez les pieds vers l'avant en vous accroupissant sur les talons pour un solide contrôle des bras et du Suigetsu de Uchidachi (9).

Uchida — Votre coupe n'arrive pas au but. Vous avez le ed gauche légèrement en avant (8). Le contrôle puant de Shidachi vous oblige à joindre les pieds ve l'arrière (9). Tentez alors une petite coupe vers sa cse droite en avançant à nouveau le pied gauche, maotre lame sera déviée (10 et 11). Désengagez d'un pe pas du pied droit, puis du gauche (12), et du droit3). C'est à ce moment-là que Shidachi attaque (14 15). Une fois que Shidachi est revenu sur votre pct Uto, passez par-dessous le Jo pour vous remettren position Hodoku (16 et 17).

Shidachi — The fingers of your right hand have exerted a certain amount of pressure on the Jo, and when you let go of the rear end, at the same time that you move back the left foot, the Jo whips out in your right hand to land on Uchidachi's right wrist (8). Put a little pressure on this wrist and bring the feet together forward, squatting to maintain a solid control on Uchidachi's arms and Suigetsu.

Uchida — Your cut does not reach its goal. Your left foot a little forward (8). Shidachi's powerful control forc you to join the feet backwards (9). Attempt a little c at his right thigh by moving the left foot forward aga, but your blade will be brushed aside (10 and 11). ithdraw, moving the right foot, the left (12) and theght (13). It is now that Shidachi attacks (14 and 15). hen Shidachi returns to your Uto point, pass under th Jo to get back to the Hodoku position (16 and 17).



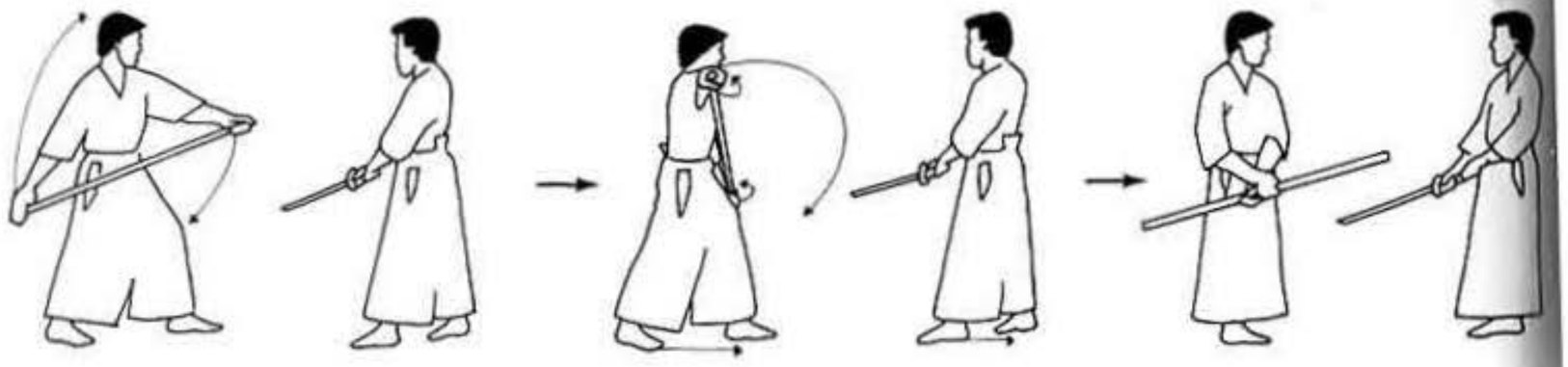
Situation au point 15 / Situation at point 15

Shidachi (suite)

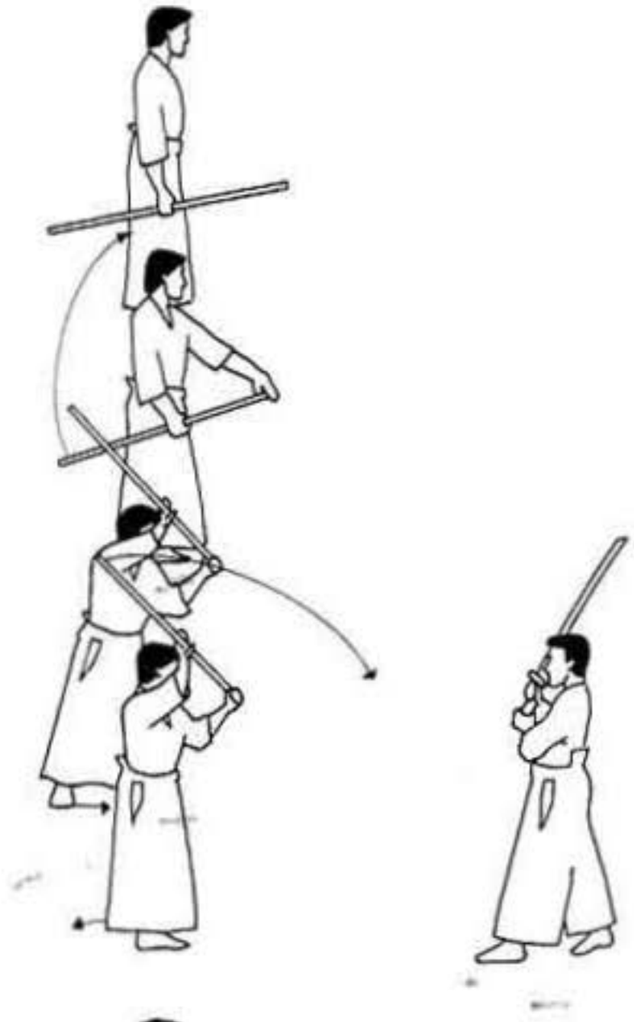
Lorsque Uchidachi tente de se défaire du contrôle et de couper votre cuisse droite (10), brossez la lame sur le côté droit en prenant bien soin de garder votre main gauche près du sol (11). Puis levez-vous dès que Uchidachi commence à reculer, le Jo vertical sur votre côté droit et l'avant-bras gauche sous le menton (12). Attaquez ensuite sa tempe droite d'un grand mouvement circulaire par-dessus votre tête. La position lors de l'impact est dessinée à côté du point 15. Ramenez ensuite le Jo devant le point Uto (16) puis changez la position de vos mains, la gauche d'abord (17). Effectuez maintenant Osame comme indiqué dans les dessins au trait.

Shidachi (continued)

When Uchidachi tries to escape the control and cut your right thigh (10), brush the blade away to the right, taking care to keep your left hand close to the ground (11). Then get up as soon as Uchidachi starts moving back, the Jo vertical on your right side and the left forearm under your chin (12). Then attack his right temple in a great circular movement over your head. The position at the moment of impact is shown next to point 15. Then bring the Jo in front of the Uto point (16) and change the position of your hands, moving the left hand first (17). Carry out Osame as shown in the line drawings.



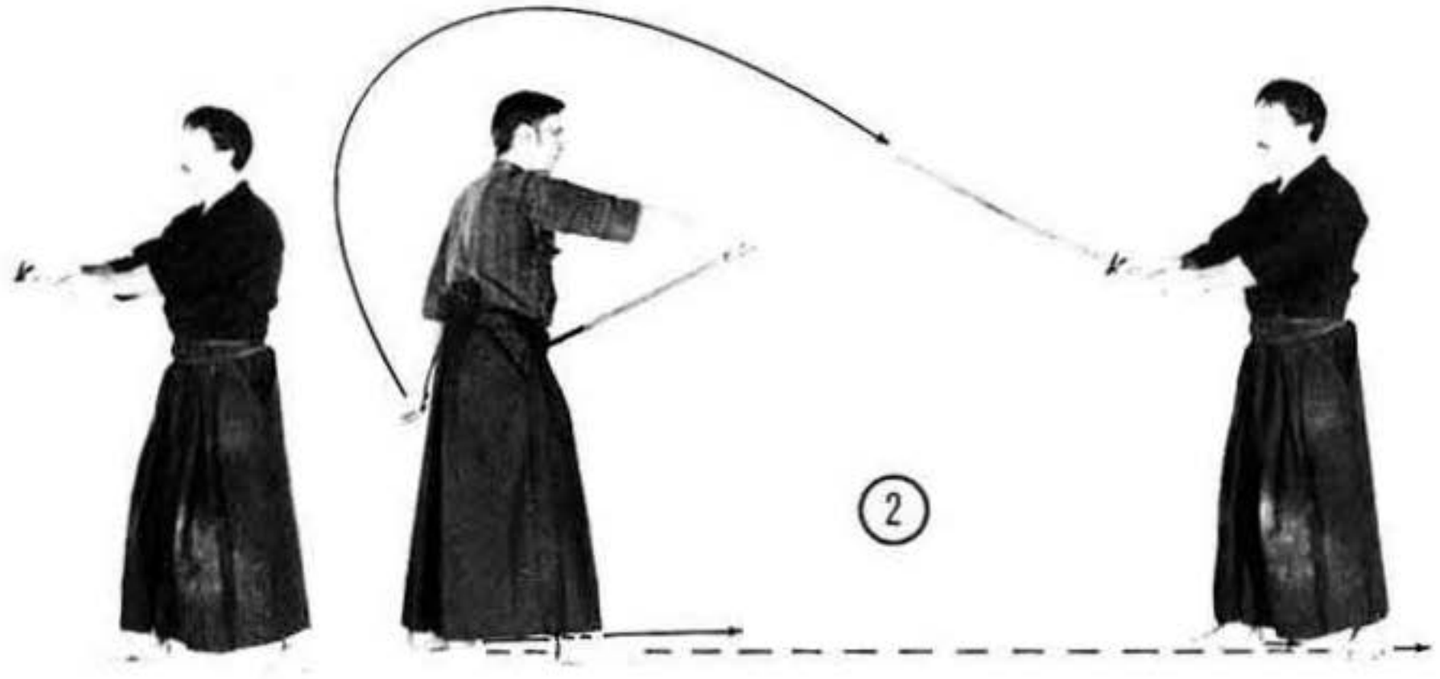
kasumi



KASUMI : brume. Composé de plusieurs désengagements et de techniques symétriques, Kasumi est le plus long Kata de Omote. On y trouve également le seul Tai atari de la série, technique difficile à maîtriser. Depuis le Kuri tsuke, au point 11, la seconde partie du Kata est en tous points semblable à Hissage, constituant ainsi une répétition bienvenue d'une séquence comprenant un Kuri tsuke à gauche, absent de la série des Kihon.

KASUMI : haze. Kasumi comprises several disengagements and symmetrical techniques: it is the longest Kata of the Omote series. It also includes the only Tai atari of the series — a technique difficult to master. From the Kuri tsuke at point 11, the second part of the Kata is identical in all points to Hissage — a welcome duplication of a sequence comprising a left Kuri tsuke, not included in the series of Kihon.

①

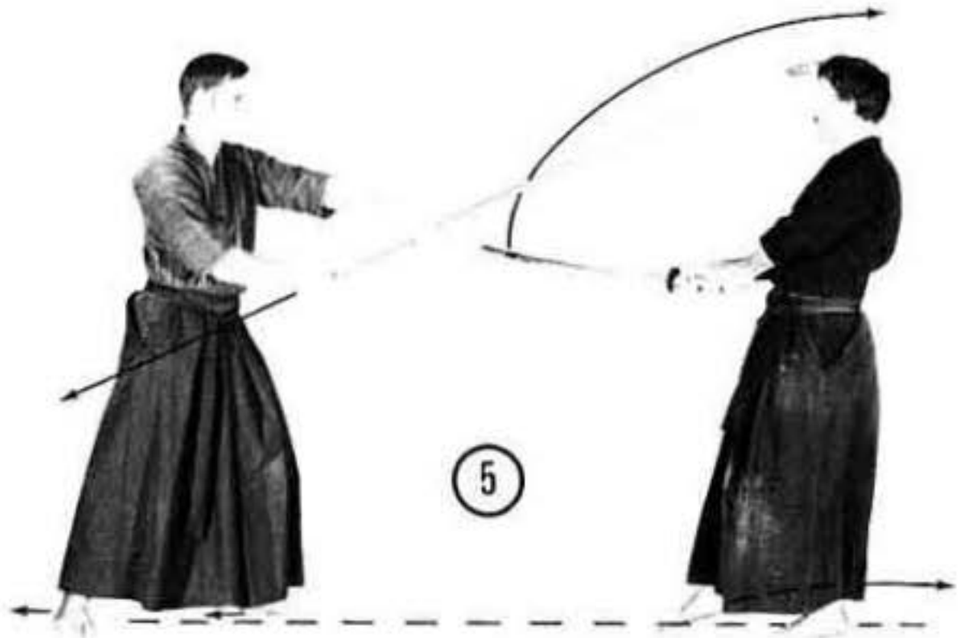


②

霞

Shidachi — Après avoir pris Gyakute no kamae (1), retirez le Jo (2) et chassez le Bokken d'un ample Gyakute uchi (3) qui finit devant le point Uto de Uchidachi (4). Maintenez ce contrôle jusqu'à ce que Uchidachi commence à prendre Hasso no kamae (5). Désengagez alors en faisant un petit Tsugi ashi vers l'arrière (droite, gauche) et adoptez une position complètement Hanmi, en retirant simultanément le Jo en Hiki otoshi no kamae avec la main droite retournée (6). Interceptez l'attaque en effectuant un pas latéral avec le pied gauche et en avançant le pied droit légèrement à gauche de votre ligne centrale, à la manière des Kihon sôtai (7 et 8).

Shidachi — After taking Gyakute no kamae (1), withdraw the Jo (2) and strike the Bokken with a large Gyakute uchi (3) that finishes in front of Uchidachi's Uto point (4). Maintain this control until Uchidachi starts to take Hasso no kamae (5). Then disengage by stepping back slightly (right, left) and adopt a totally Hanmi position, drawing the Jo back at the same time in Hiki otoshi no kamae, right hand reversed (6). Intercept the attack by moving the left foot sideways, and moving the right foot forward, slightly to the left of your centre-line, as in the Kihon sôtai (7 and 8).

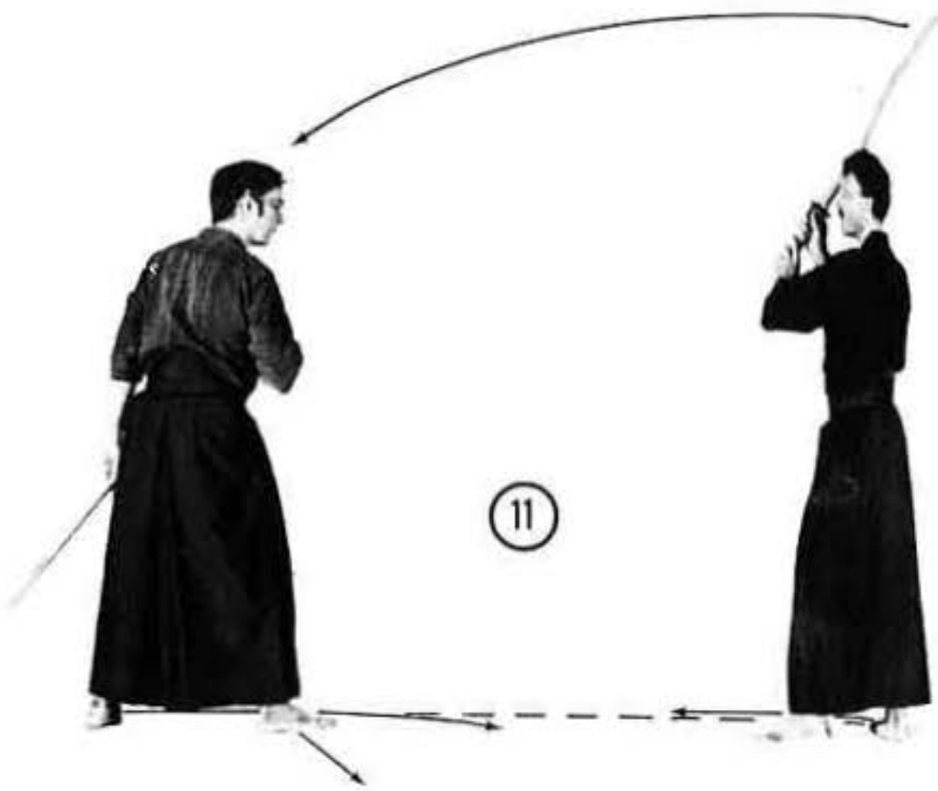


ANGLE DU KATA

ANGLE OF KATA

Uchidachi — Absorbez le Gyakute uchi d'un léger Tsugi ashi vers l'arrière (3 et 4). Passez sous le Jo et prenez Hasso no kamae en reculant le pied droit (5 et 6). Attaquez le point Tentô de Shidachi dans un angle Shômen (7), et absorbez le Tai atari comme dans les Kihon sôtai (8 à 10).

Uchidachi — Absorb the Gyakute uchi with a slight Tsugi ashi backwards (3 and 4). Pass under the Jo to assume Hasso no kamae by moving back the right foot (5 and 6). Attack Shidachi's Tentô point in a Shômen angle (7), and absorb the Tai atari as in the Kihon sôtai (8 to 10).



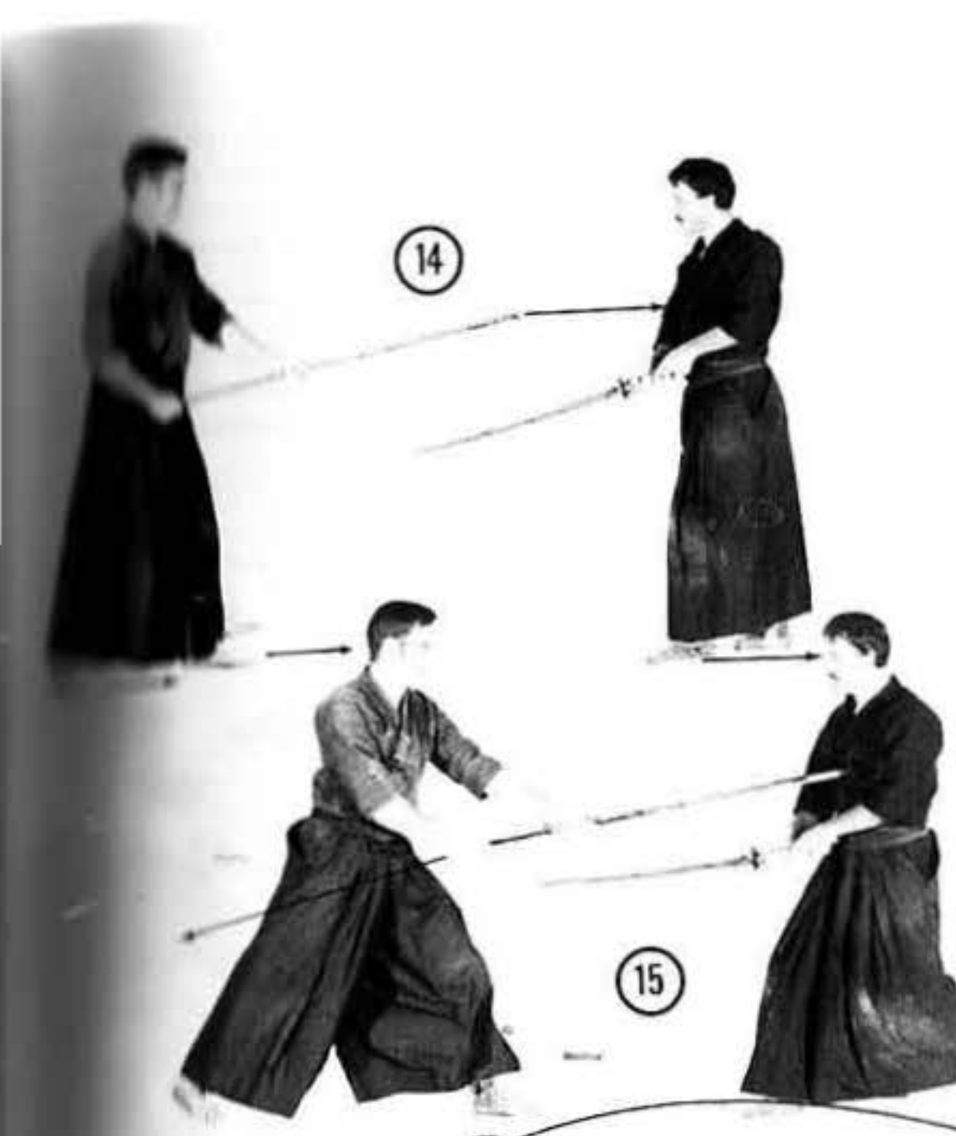
(Kasumi, suite/continued)

Shidachi — Après avoir exécuté Tai atari (pas trop fort, pour ne pas briser le Ma-ai du Kata), désengagez aussitôt d'un Tsugi ashi vers l'arrière (gauche, droite), sans chercher à contrôler le point Uto comme dans les Kihon sôtai, et adoptez la position Hanmi (11). Depuis ce point, procédez de même que pour Hissage (12 à 18).

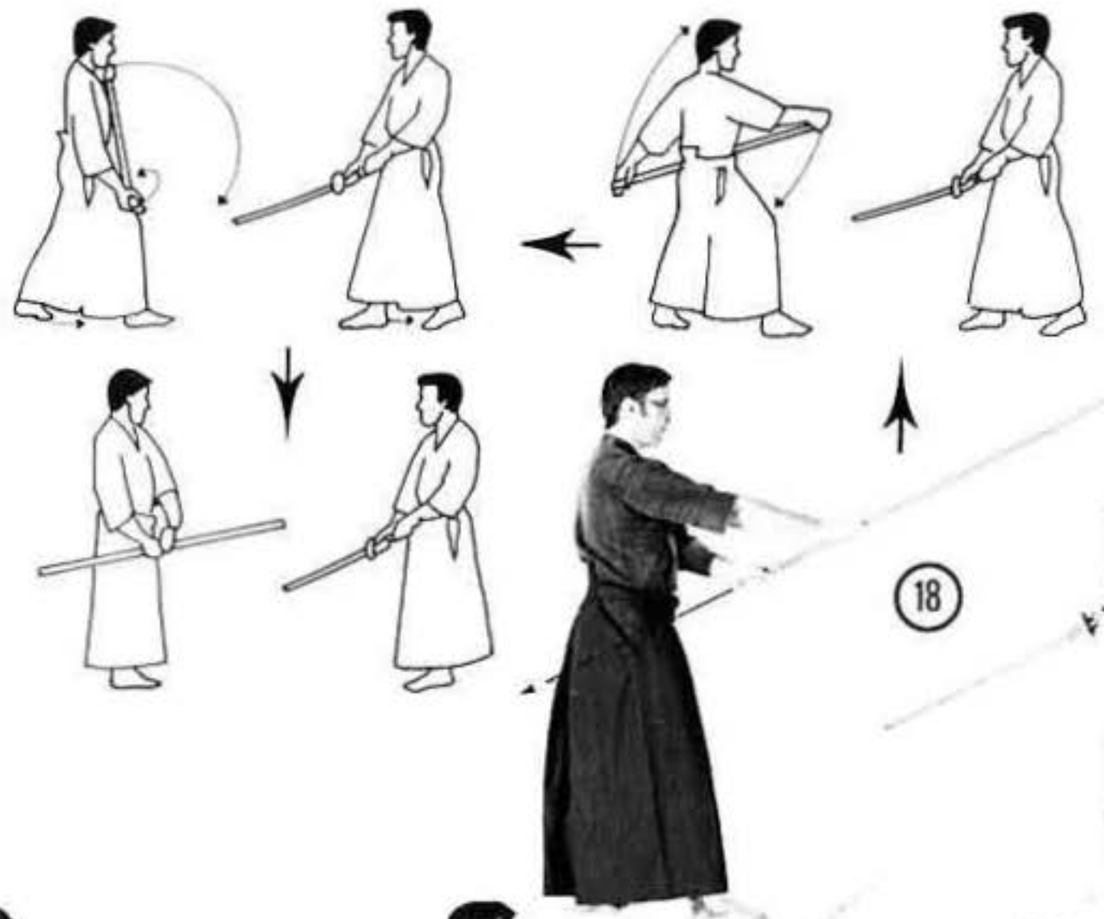
Uchidachi — Après le Tai atari, reprenez votre équilibre en adoptant Hasso no kamae (11). Attaquez à nouveau le point Tentô dans un angle Shômen (12), absorbez le Kuri tsuke (13), désengagez (gauche, droite, et gauche à nouveau, ce dernier pas absorbant le Tsuki) (14). Un dernier Tsugi ashi pour éviter le Hiki otoshi uchi (17) avant de se remettre en position Hodoku (18).

Shidachi — Execute Tai atari (not too hard, so as not to break the Ma-ai of the Kata), then withdraw immediately with a Tsugi ashi to your rear (left, right), without attempting to control the Uto point, as is done in the Kihon sôtai, and adopt a Hanmi position. From this point on, proceed as in Hissage (12 to 18).

Uchidachi — After the Tai atari, regain your balance and take Hasso no kamae (11). Again, attack the Tentô point at a Shômen angle (12), absorb the Kuri tsuke (13), withdraw (left, right, left again — this last step absorbing the Tsuki (14). Take a final Tsugi ashi to evade the Hiki otoshi uchi (17) before taking the Hodoku position (18).


14

15



16

18

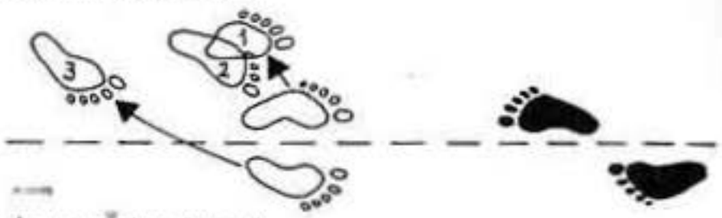
17

物見

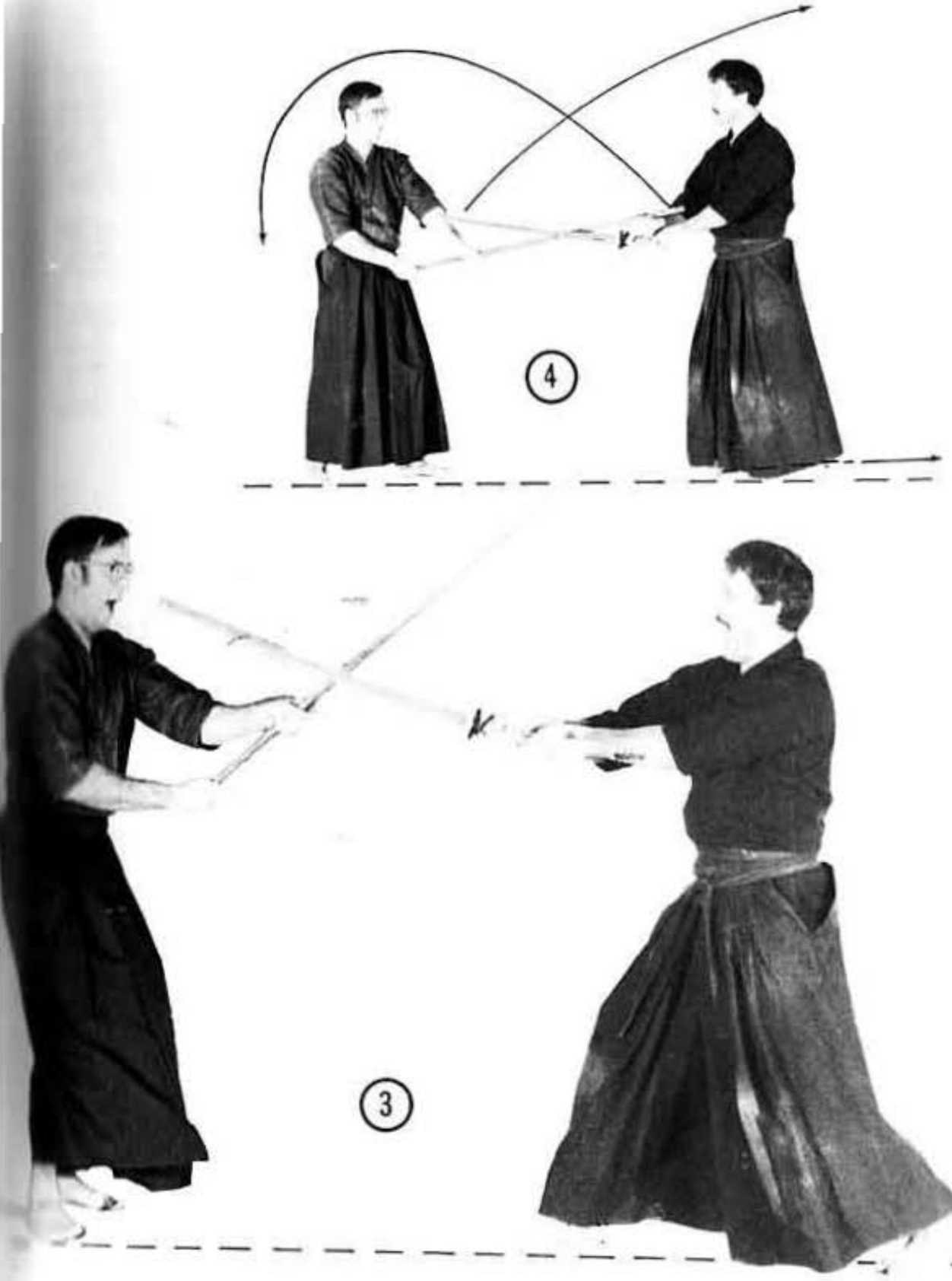
MONOMI : la vision des choses. C'est avec un des Kamae les plus inoffen que Shidachi aborde ce Kata. Une position qui lui permet d'avoir une v générale de la situation. Courte mais terriblement efficace, cette techniq est une excellente occasion de pratiquer le Ri-ai et le Ki-musubi.

MONOMI : the vision of things. Shidachi begins this Kata with a most offensive Kamae. A position which gives him an overall view of the situatic This short but terribly effective technique provides an excellent opportun to practise Ri-ai and Ki-musubi.

Position des pieds aux points 2 à 4

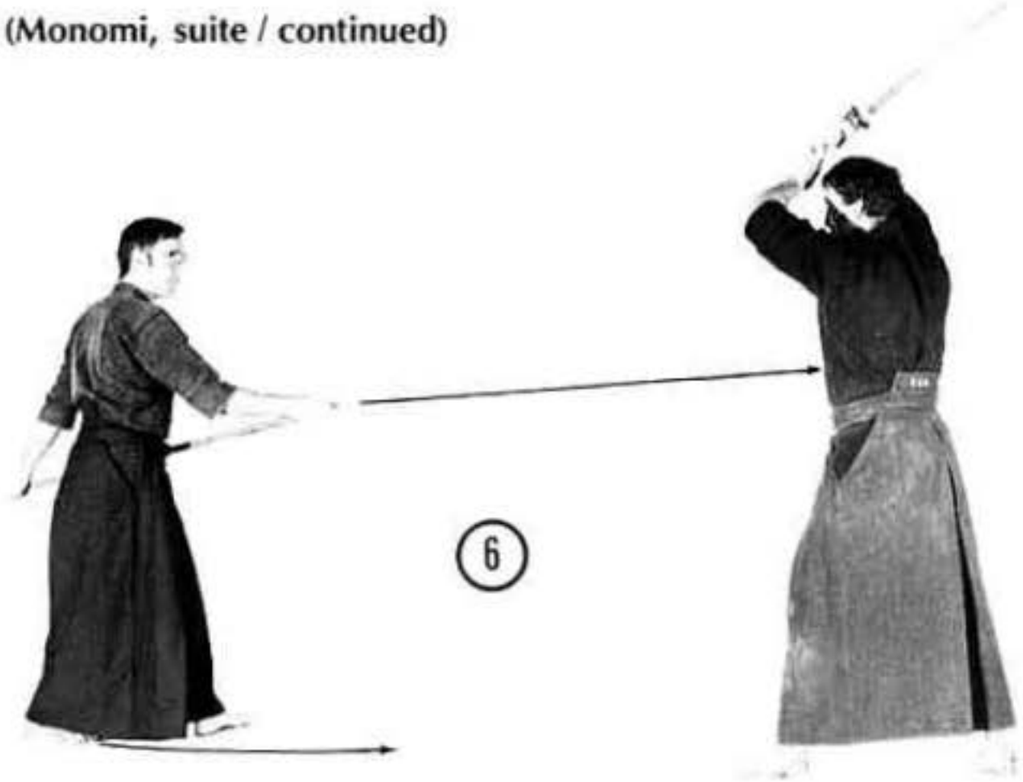


Position of the feet at points 2 to 4



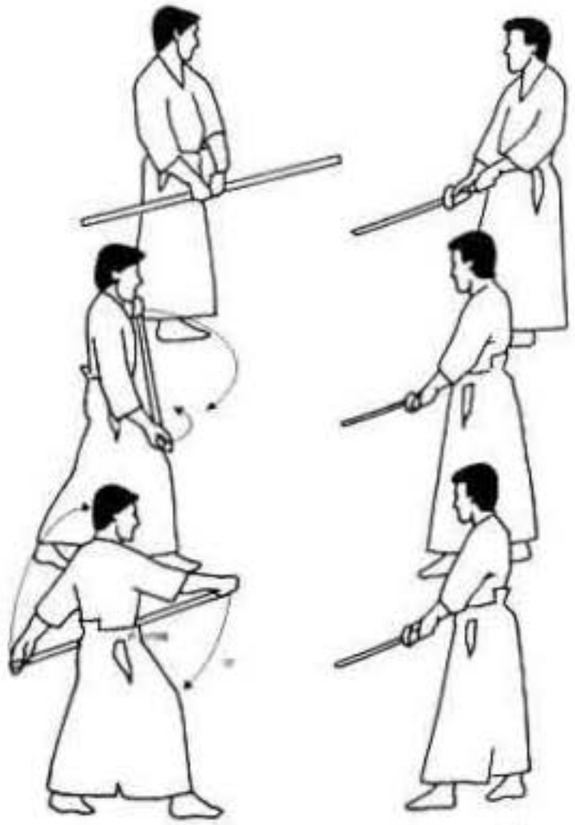
Shidachi — Evitez la coupe en déplaçant légèrement le pied gauche vers l'arrière gauche (2) et en mettant simultanément le Jo à portée de la main gauche. Dans ce mouvement, ne posez pas le talon du pied gauche et gardez le poids sur le pied avant. Puis, au dernier moment, pivotez sur ce pied gauche, reculez le pied droit et utilisez la puissance de rotation de vos hanches pour appliquer un Honte uchi sur le poignet de Uchidachi (3 et 4). Le Jo doit se trouver aligné avec son Suigetsu. Pendant que Uchidachi prend Jôdan no kamae, terminez le Kata d'un Kaeshi tsuki (5 à 8).

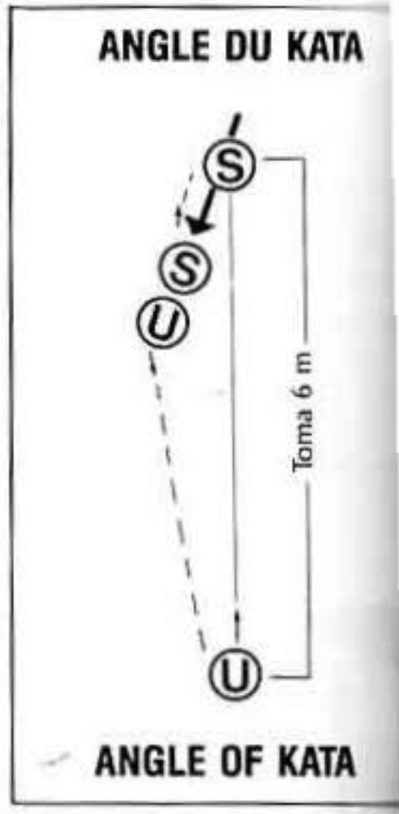
Shidachi — Avoid the cut by moving the left foot back slightly to the left (2) and, at the same time, by bringing the Jo within reach of the left hand. In this movement, keep the left heel off the ground and keep your weight on the front foot. Then, at the last moment, pivot on that left foot, move back the right foot and strike Uchidachi's right wrist with a Honte Uchi using the rotating power of your hips (3 and 4). The Jo must be aligned on Uchidachi's Suigetsu. When Uchidachi starts to assume Jôdan no kamae, conclude the Kata with Kaeshi tsuki (5 to 8).



Uchidachi — Lors de la coupe pour le point Tentô (3), attention à votre tête. Le Jo passe très près. Reculez pour prendre Jôdan no kamae (5 et 6) et absorbez le Tsuki (7). Reculez et baissez lentement le Bokken sur votre côté droit jusqu'à la position Hodoku (dessins).

Uchidachi — Take care that the Jo does not strike you on the head or face when you cut Shidachi's Tentô point (3). The Jo comes very close. Move back to take Jôdan no kamae (5 and 6) and absorb the Tsuki (7). Move back and slowly lower the Bokken to your right until you are in the Hodoku position (line drawings).





kasa no shita

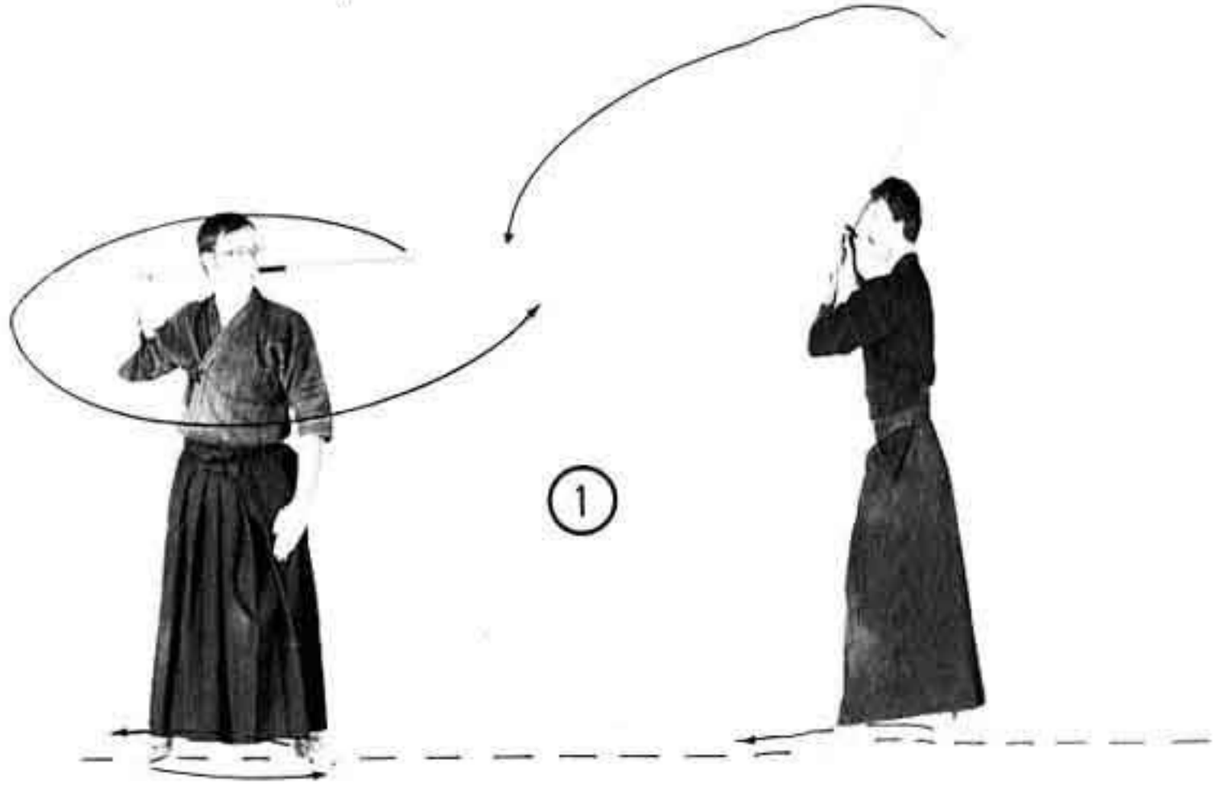
笠の下

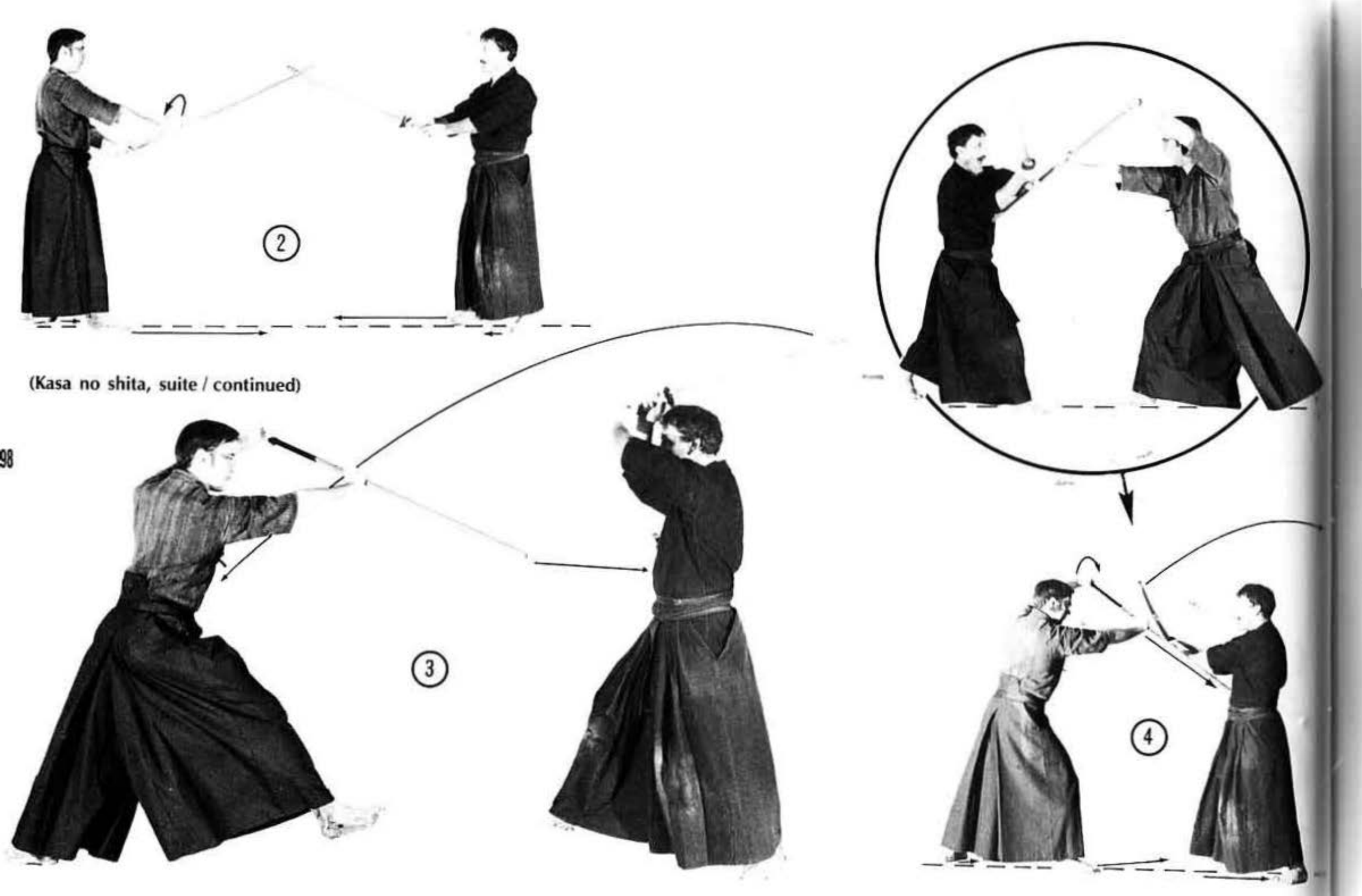
KASA NO SHITA : sous le chapeau de bambou. Le Kamae assez spécial de ce Kata symbolise l'aspect d'un homme coiffé d'un grand chapeau de bambou (Kasa) qui descend, comme une cloche, jusqu'au niveau des épaules. Le tressage devant le visage est un peu plus lâche de façon à voir sans être vu. Le Jo peut être partiellement caché sous le Kasa.

Alors que les onze autre techniques de Omote sont plutôt linéaires, Kasa no shita se singularise par un mouvement tournant (Tenkan) qui entraîne Shidachi derrière Uchidachi.

KASA NO SHITA : under the bamboo hat. The rather peculiar Kamae of this Kata symbolises the aspect of a man wearing a big bamboo hat (Kasa) that goes all the way down to the shoulders, like a bell. The plaiting in front of the face is not as tight, so that one can see without being seen. The Jo can be partly concealed under the Kasa.

While the other eleven Omote techniques are rather linear, Kasa no shita is particular in that it comprises a revolving movement (Tenkan), which takes Shidachi behind Uchidachi.





(Kasa no shita, suite / continued)

Shidachi — Au point 1, la prise de Kamae peut se faire verticalement (on enlève le Kasa dans le même mouvement), ou horizontalement (on le garde sur la tête). Contrôlez l'attaque de Uchidachi avec l'extrémité du Jo dans son Suigetsu, vos deux bras tendus sur votre gauche, en faisant un Tsugi ashi dynamique sur la ligne centrale. N'oubliez pas de tourner votre main droite juste avant que le Jo entre en contact avec le Suigetsu de Uchidachi (3 et 4). Lorsque Uchidachi prend Jôdan no kamae, avancez légèrement vers votre gauche pour contrôler le Inazuma de Uchidachi, les pieds joints (5). A ce point, tournez votre main gauche dans la position Honte. Placez ensuite votre pied gauche près du talon droit de Uchidachi (6). Pivotez complètement sur ce pied en lançant votre jambe droite et vos hanches derrière le pied gauche, frappant simultanément l'acromion droit de Uchidachi (7 à 9). Examinez attentivement la page suivante pour Osame et la façon de rejoindre le point de départ du Kata.

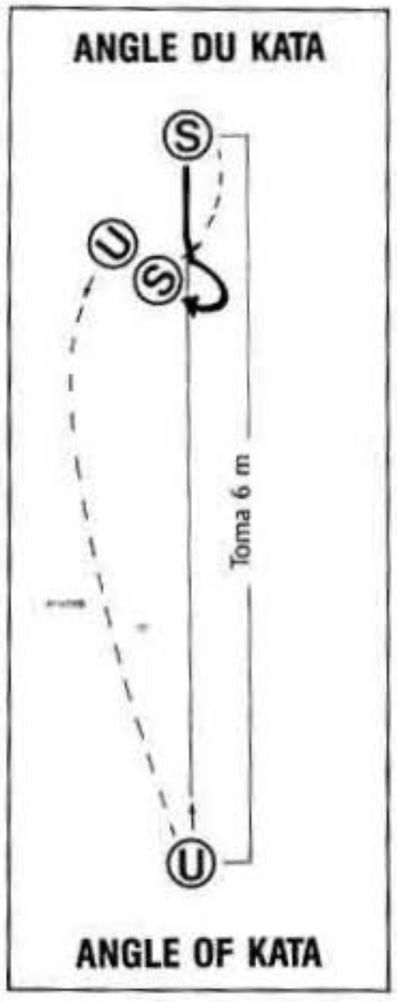
Shidachi — At point 1, the Kamae can be taken either vertically (the Kasa is removed in the same movement), or horizontally (it is kept on the head). Control Uchidachi's attack with the end of the Jo in his Suigetsu, both arms outstretched on your left, making a dynamic Tsugi ashi on the centre-line. Don't forget to reverse your right hand grip just before you make initial contact with Uchidachi's Suigetsu (3 and 4). When Uchidachi assumes Jôdan no kamae, move forward, slightly to your left, to place yourself, feet together, with a control on Uchidachi's Inazuma (5). Next place your left foot near Uchidachi's right heel. At the same time, change your left hand grip to a Honte grip. Pivot completely on the left foot and throw your right leg and hips behind your left foot, simultaneously hitting the top of Uchidachi's right shoulder (7 to 9). On the next page, carefully study the Osame and the way to return to the starting point of the Kata.

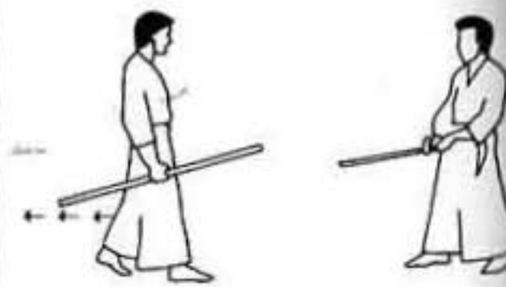
Uchidachi — Du point 2, attaquez la partie supérieure du bras gauche (Jôwan) de Shidachi dans un angle Kesa giri (3 et 4). Bloqué à l'endroit du Suigetsu et des poignets, dégagez-vous en reculant le pied droit contre le pied gauche, et en prenant Jôdan no kamae (5). Le contrôle de Shidachi sur votre point Inazuma tend alors à vous clouer au sol. Levez les talons et déplacez le pied gauche sur le côté, les orteils pointés vers la cible, en coupant le cou de Shidachi dans un angle Kesa giri (6 à 9)*. Ne bougez pas votre pied droit durant cette opération mais penchez la tête sur votre gauche pour éviter le Jo très proche (9). Alignez-vous ensuite sur l'angle du Jo en position Hodoku (10).

* Il est bon de pratiquer cette coupe en demandant à Shidachi de rester immobile afin de s'assurer que ce soit bien le Monouchi de la lame qui entre en contact avec le cou de Shidachi.

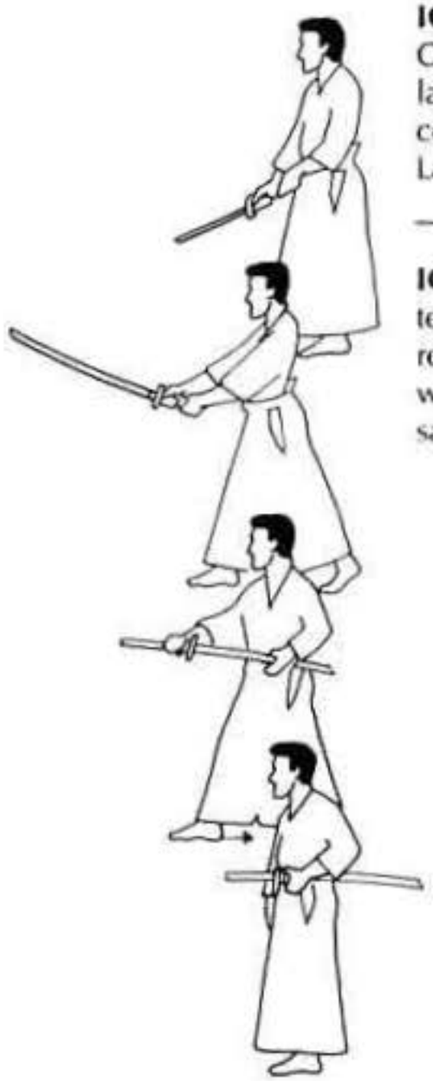
Uchidachi — From point 2, attack Shidachi's left upper arm (Jôwan) through a Kesa giri angle (3 and 4). When blocked at the Suigetsu and at the wrists, free yourself by bringing the right foot back against the left, assuming Jôdan no kamae (5). Shidachi's control on your Inazuma tends to pin you on the ground. Raise the heels and move the left foot to the side with the toes pointing towards the target, and cut Shidachi's neck through a Kesa giri angle (6 to 9) *. Do not move your right foot during this operation, but lean the head to your left to avoid being hit by the Jo which comes very close (9). Then align yourself on the angle of the Jo, in the Hodoku position (10).

* It is good to practise this cut with Shidachi remaining still in order to make sure you cut the neck with the Monouchi part of the blade.



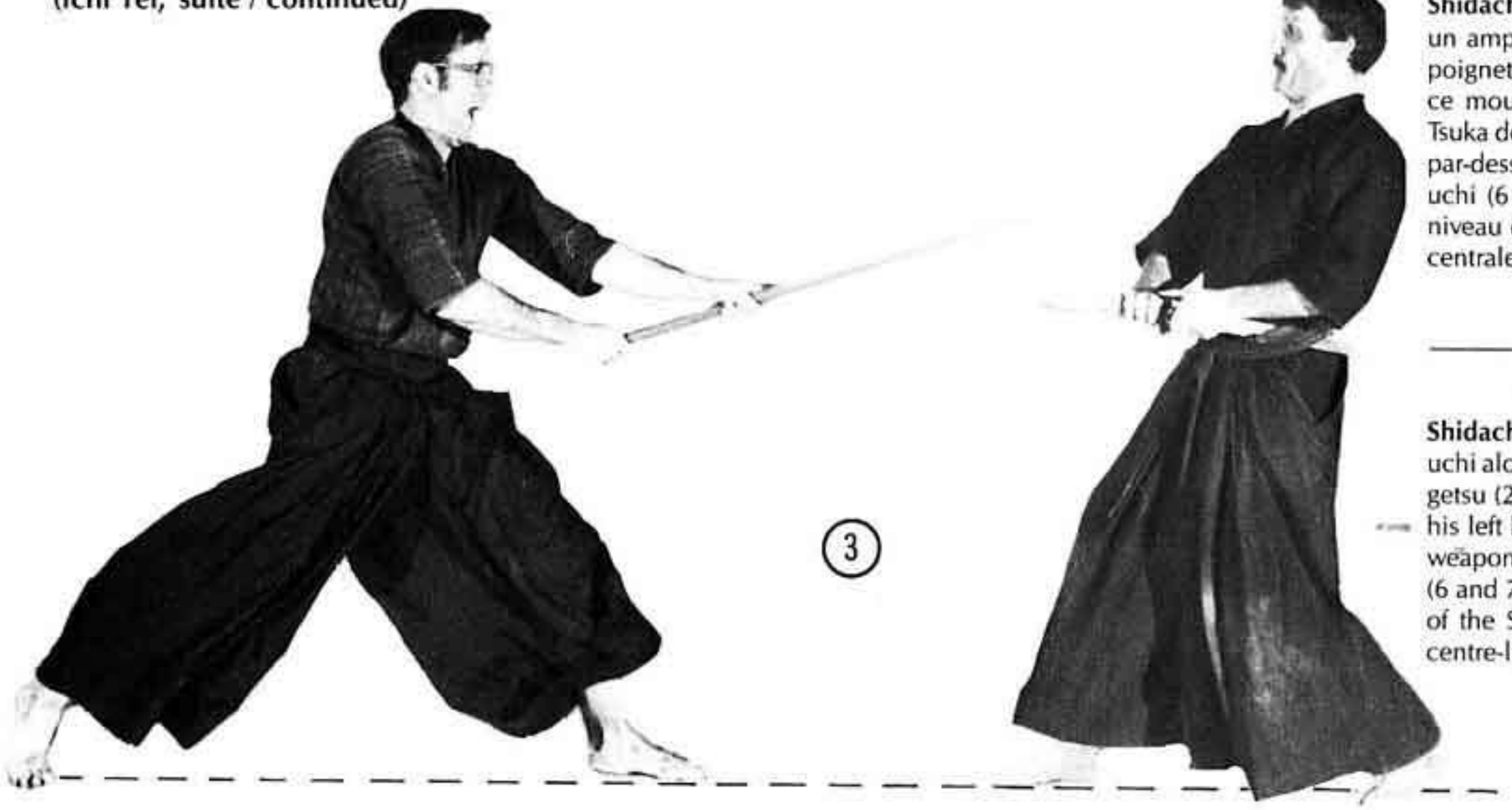


ichi rei



ICHI REI : une seule révérence. Pour Shidachi, ce Kata est totalement linéaire et très offensif. Cette technique est un excellent révélateur de la notion de Kiri otoshi par ses attaques sur la ligne centrale qui brisent inexorablement toute attaque diagonale adverse. L'exécution de cette séquence comporte plusieurs dangers pour Shidachi aussi bien que pour Uchidachi. La précision et le contrôle seront les meilleurs garants de votre sécurité.

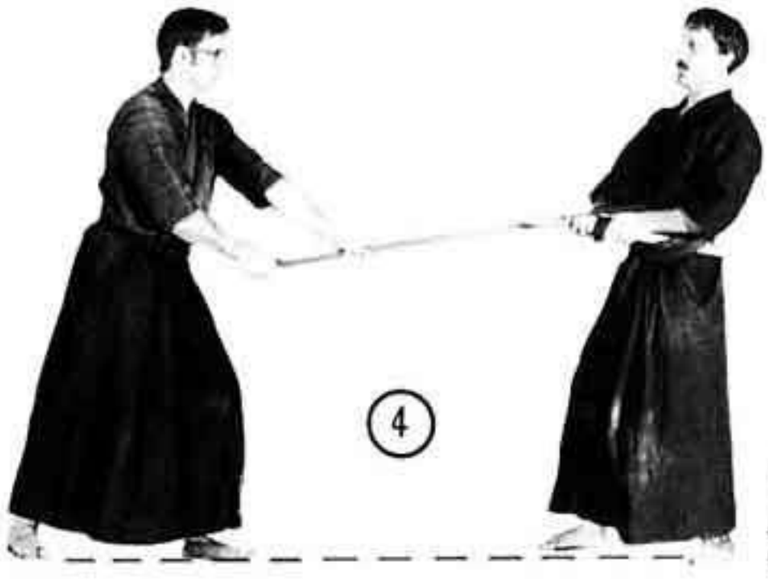
ICHI REI : a single bow. For Shidachi, this Kata is completely linear and very offensive. The techniques down the centre-line which inexorably break all diagonal attacks from Uchidachi reveal the concept of Kiri otoshi very well. Uchidachi and Shidachi both face several dangers when carrying out this sequence. Accuracy and control provide the surest guarantee of your safety.



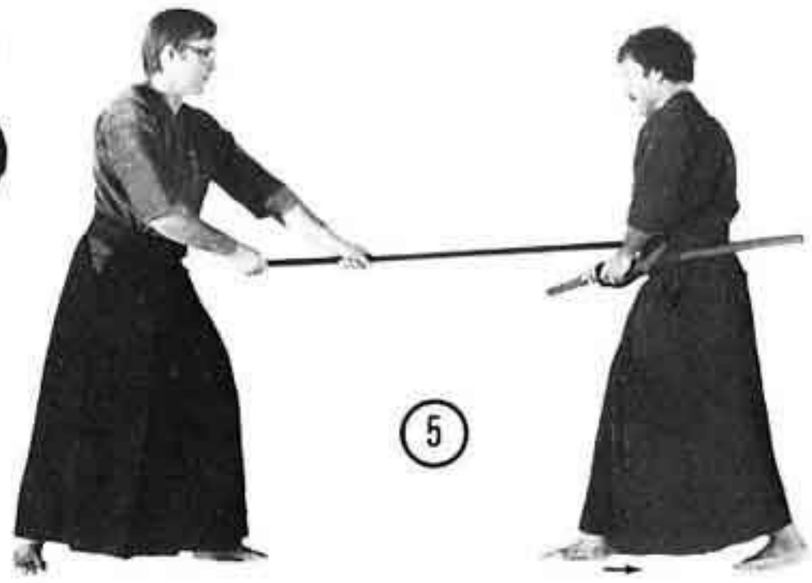
③

Shidachi — Après avoir pris votre Kamae, tenez-vous prêt pour un ample Honte uchi sur la ligne centrale aboutissant sur le poignet et dans le Suigetsu de Uchidachi (2 et 3). N'exécutez ce mouvement que lorsque Uchidachi pose sa main sur le Tsuka de son Bokken. Lorsque Uchidachi fait mine de dégainer par-dessous le Jo, attaquez son point Tentô avec un Gyakute uchi (6 et 7). Contrôlez la coupe qui suit en le bloquant au niveau du Suigetsu en avançant sous le Jo, le long de la ligne centrale (8 et 9).

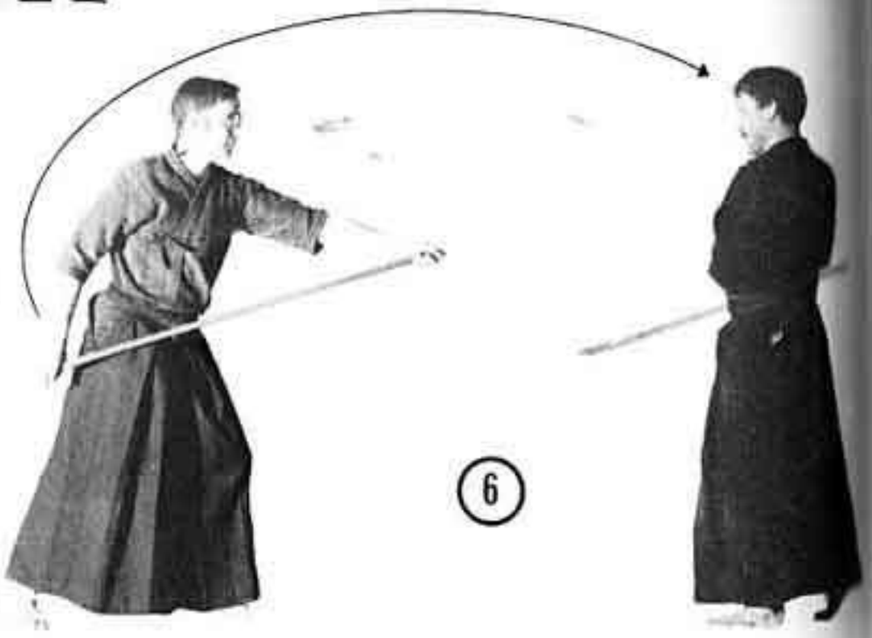
Shidachi — After taking the Kamae, prepare for a big Honte uchi along the centre-line, aiming for Uchidachi's wrist and Suigetsu (2 and 3). Launch your attack only when Uchidachi lays his left hand on the Tsuka. When Uchidachi starts to draw his weapon under the Jo, attack his Tentô point with Gyakute uchi (6 and 7). Control the cut that follows, blocking it at the height of the Suigetsu by moving forward under your Jo, along the centre-line (8 and 9).



④



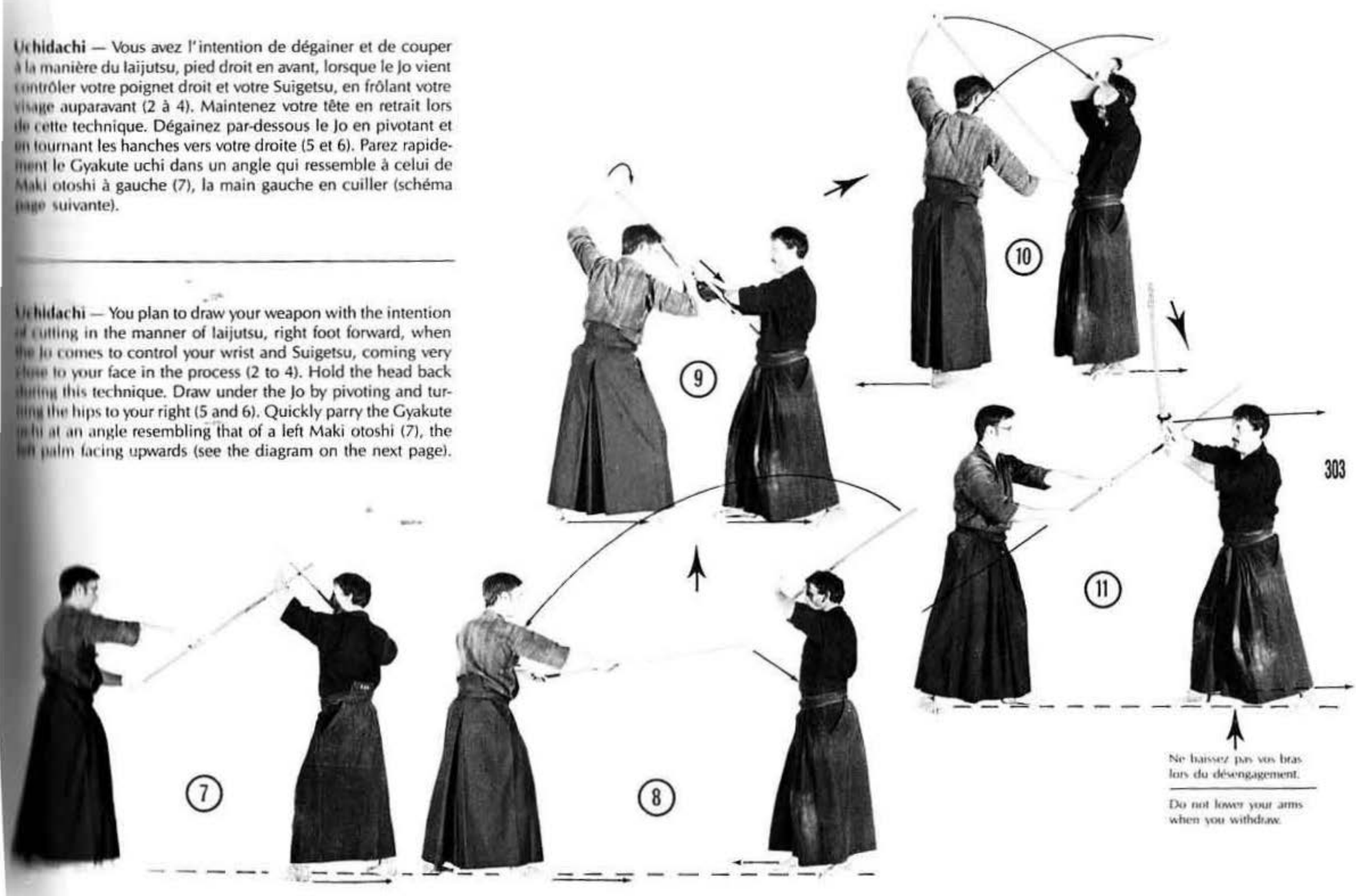
⑤



⑥

Uchidachi — Vous avez l'intention de dégainer et de couper à la manière du Iaijutsu, pied droit en avant, lorsque le Jo vient contrôler votre poignet droit et votre Suigetsu, en frôlant votre visage auparavant (2 à 4). Maintenez votre tête en retrait lors de cette technique. Dégainez par-dessous le Jo en pivotant et en tournant les hanches vers votre droite (5 et 6). Parez rapidement le Gyakute uchi dans un angle qui ressemble à celui de Maki otoshi à gauche (7), la main gauche en cuiller (schéma page suivante).

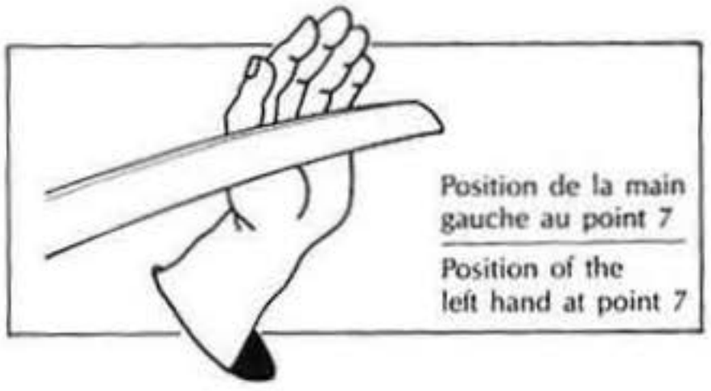
Uchidachi — You plan to draw your weapon with the intention of cutting in the manner of Iaijutsu, right foot forward, when the Jo comes to control your wrist and Suigetsu, coming very close to your face in the process (2 to 4). Hold the head back during this technique. Draw under the Jo by pivoting and turning the hips to your right (5 and 6). Quickly parry the Gyakute uchi at an angle resembling that of a left Maki otoshi (7), the left palm facing upwards (see the diagram on the next page).



Ne baissez pas vos bras lors du désengagement.

Do not lower your arms when you withdraw.

(Ichi rei,
suite / continued)



Position de la main gauche au point 7

Position of the left hand at point 7

Shidachi — Lorsque Uchidachi joint les pieds en arrière pour une nouvelle coupe, suivez-le en joignant les pieds vers l'avant tout en contrôlant son Suigetsu avec la main droite, la gauche déjà prête pour Honte uchi (10), et interceptez la coupe en frappant sur la ligne centrale, en reculant le pied droit, mais en gardant le poids du corps sur le pied gauche (11). Désengagez simultanément à Uchidachi et exécutez Tai hazushi uchi (12 à 15).

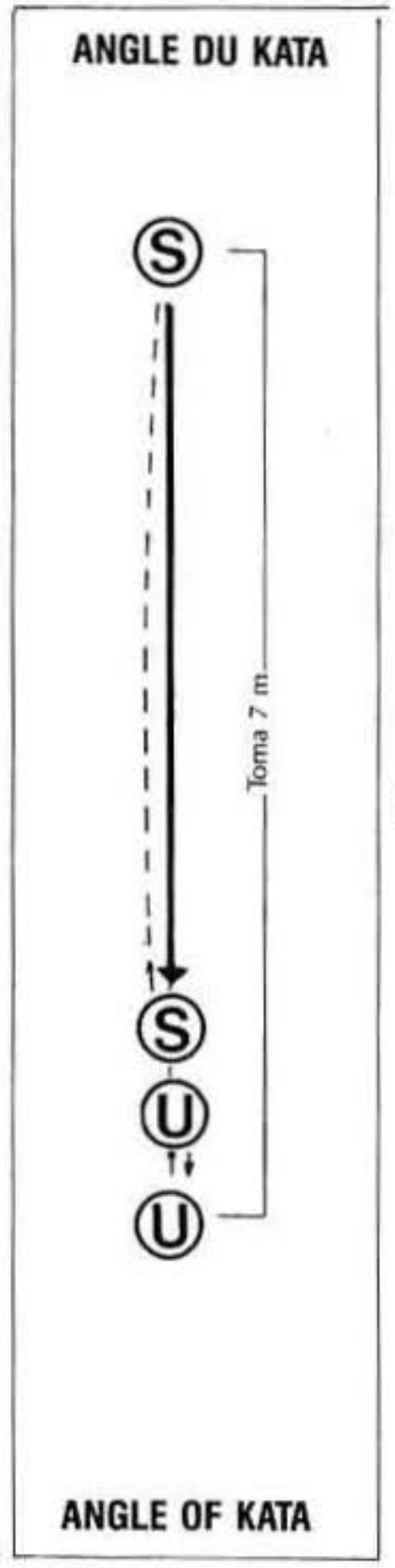
Shidachi — When Uchidachi brings the feet back together for another cut, follow him by bringing your feet forward together, controlling his Suigetsu with your right hand, the left ready for Honte uchi (10). Intercept the cut by striking down the centre-line, moving the right foot back but keeping your weight on the left (11). Withdraw at the same time as Uchidachi and execute Tai hazushi uchi (12 to 15).

Uchidachi — Reculez ensuite le pied gauche contre le droit et coupez la partie supérieure du bras gauche (Jôwan) de Shidachi dans un angle Kesa giri, en avançant le pied droit (8 et 9). Joignez à nouveau les pieds vers l'arrière et coupez le cou de Shidachi dans un angle Kesa giri, depuis la gauche, et en reculant le pied gauche (10 et 11). Attention au contrôle du Jo. Désengagez simultanément à Shidachi et exécutez Tai hazushi uchi comme dans les Kihon sôtai (12 à 15).

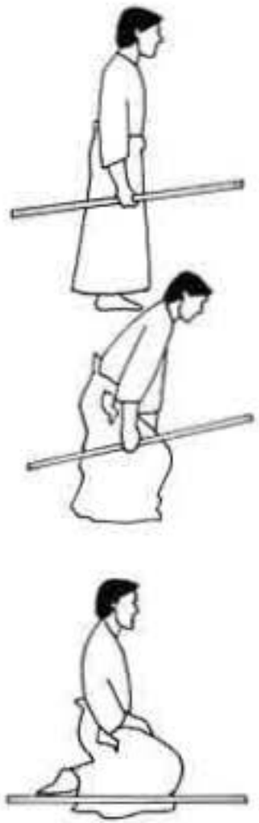
Uchidachi — Bring the left foot back against the right and cut Shidachi's left upper arm through a Kesa giri angle, moving the right foot forward (8 and 9). Again bring the feet back together and cut Shidachi's neck through a Kesa giri angle, from the left, and moving back your left foot (10 and 11). Watch the control of the Jo. Withdraw at the same time as Uchidachi and execute Tai hazushi uchi as in the Kihon sôtai (12 to 15).

15

16



neya no uchi



NEYA NO UCHI : à l'intérieur de la chambre. Ce Kata au nom curieux part d'une position en Seiza, position qu'on adopte généralement dans toute pièce de style japonais. A part le fait que la chambre fut souvent considérée comme un lieu propice pour une attaque surprise, le point vital recherché par le Jo pourrait donner un autre indice quant au nom de ce Kata. Ce Kyûsho * se situe un peu au-dessus de la malléole interne. C'est là qu'un réseau de nerfs s'entrecroisent. Atteinte à cet endroit, la victime pourrait bien se trouver forcée de faire ce qu'on fait habituellement dans une chambre...

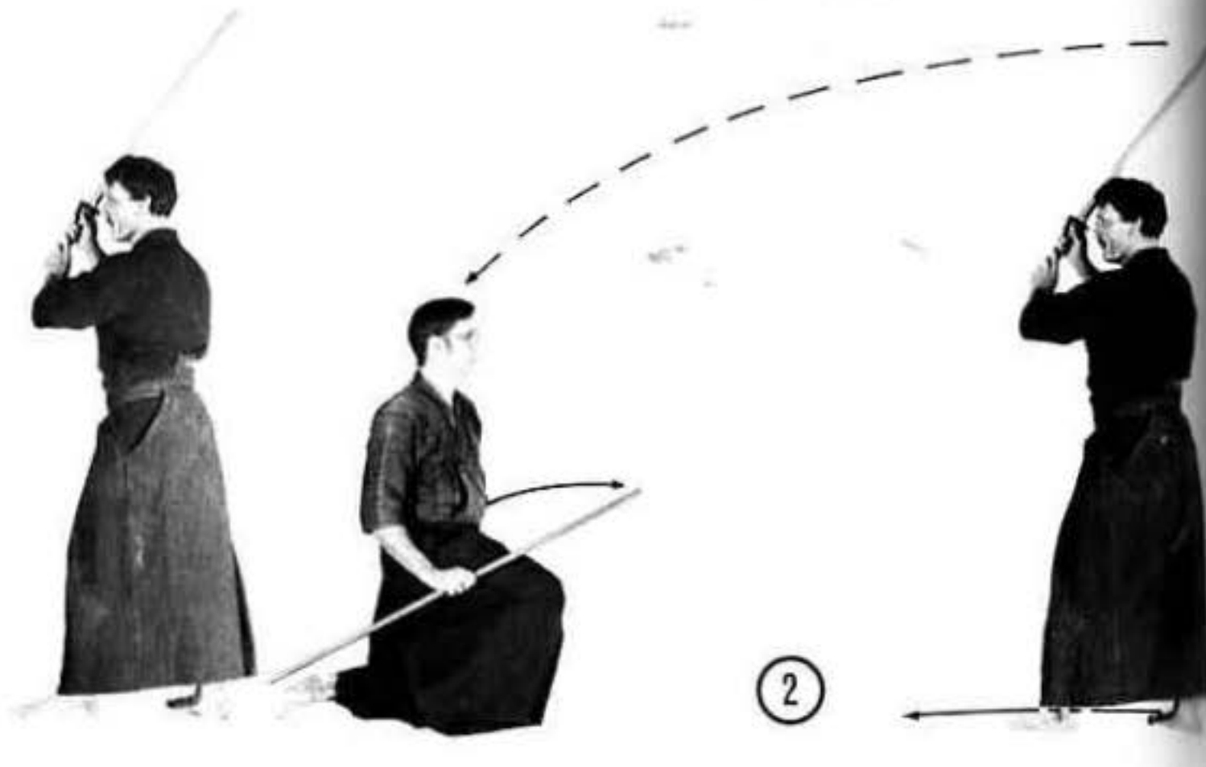
* Il s'agit d'un point d'acupuncture connu sous le nom de San Yin Jiao : croisement des 3 Yin (foie, rate et reins). Ce point traite la paralysie des 4 membres et la syncope.

NEYA NO UCHI : inside the bedroom. This strange-sounding Kata starts from a Seiza position, a position adopted in all Japanese-style rooms. Apart from the fact that the bedroom was often deemed a good place for springing an attack, the Kyûsho targeted by the Jo gives another clue to the origin of this Kata's name. This vital point * lies a little above the inner ankle. This point is the junction of a network of nerves : when struck there, the victim might be very well obliged to do what is usually done in a bedroom.....

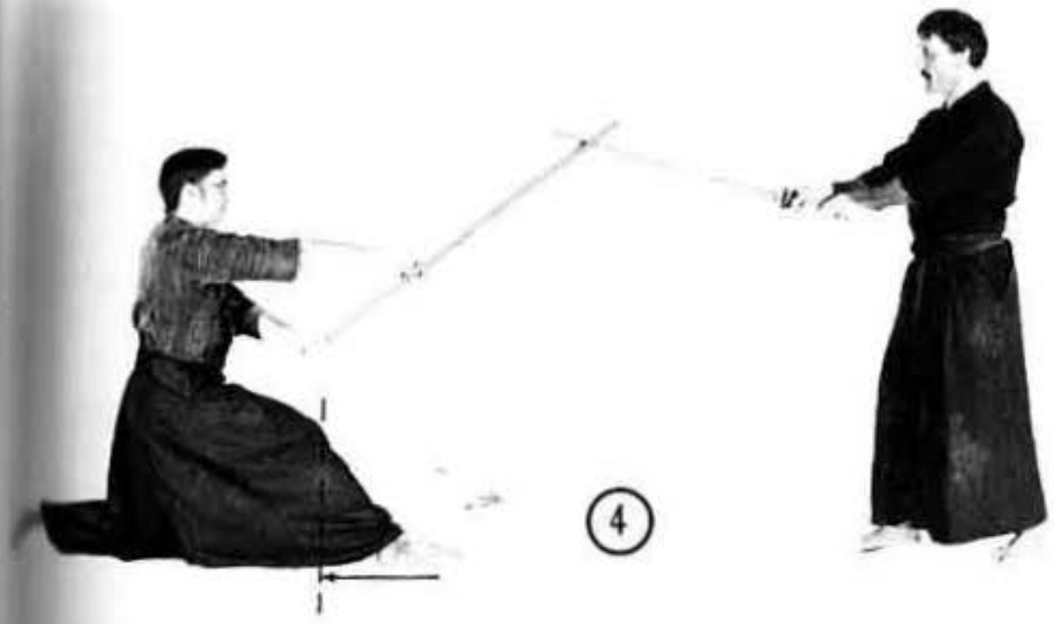
* This point of acupuncture is known as the San Yin Jiao : crossing of the three Yin (liver, bladder and kidneys). This point is used to treat paralysis of the four limbs and syncopes.

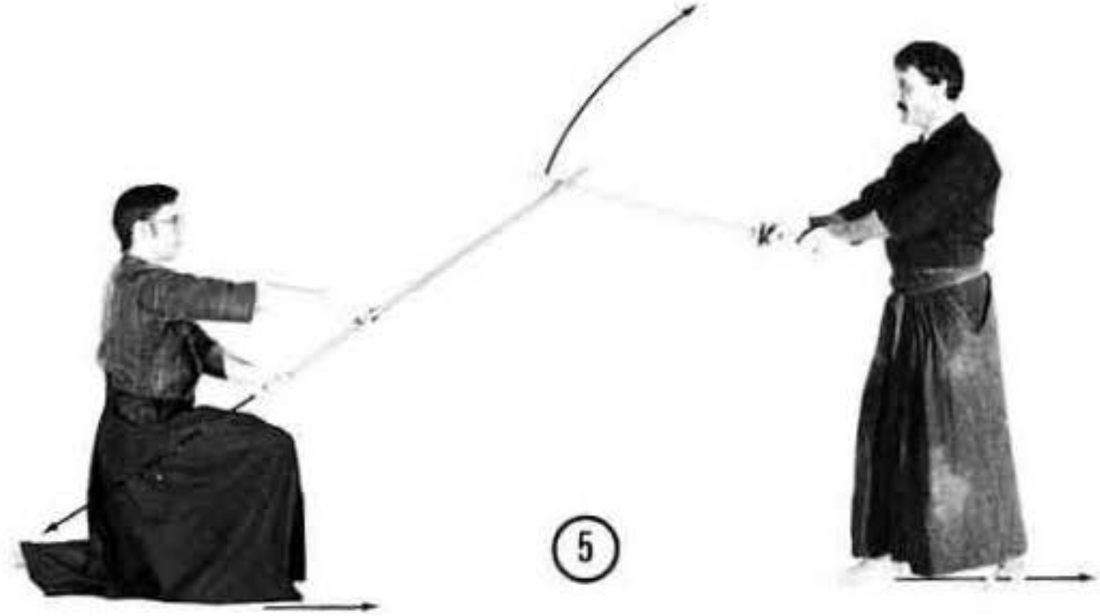
寝屋の内

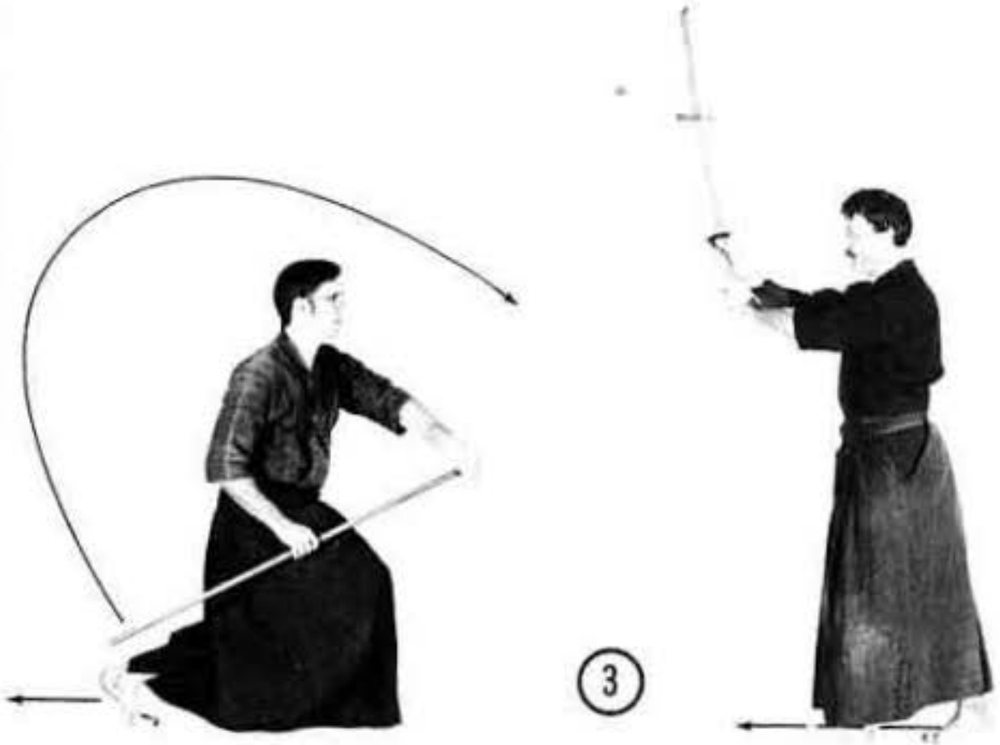
①



②







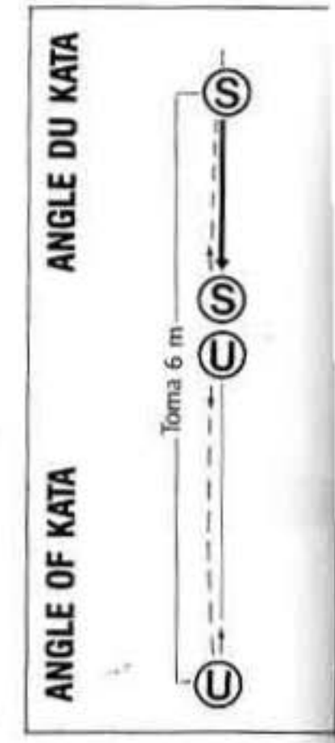
Shidachi — Après vous être mis en Seiza, posez le Jo sur votre Hakama (1). Lorsque Uchidachi se trouve dans la distance Chikama, levez le genou droit, les orteils au même niveau que le genou gauche, le Jo pointé sur le Suigetsu de Uchidachi (2). Prenez ensuite Gyakute no kamae en reculant le genou gauche très loin et en ramenant un peu le pied droit (3 à 5). Cuisse et tibia verticaux et parallèles. Durant ce mouvement, restez, autant que possible, près du sol.

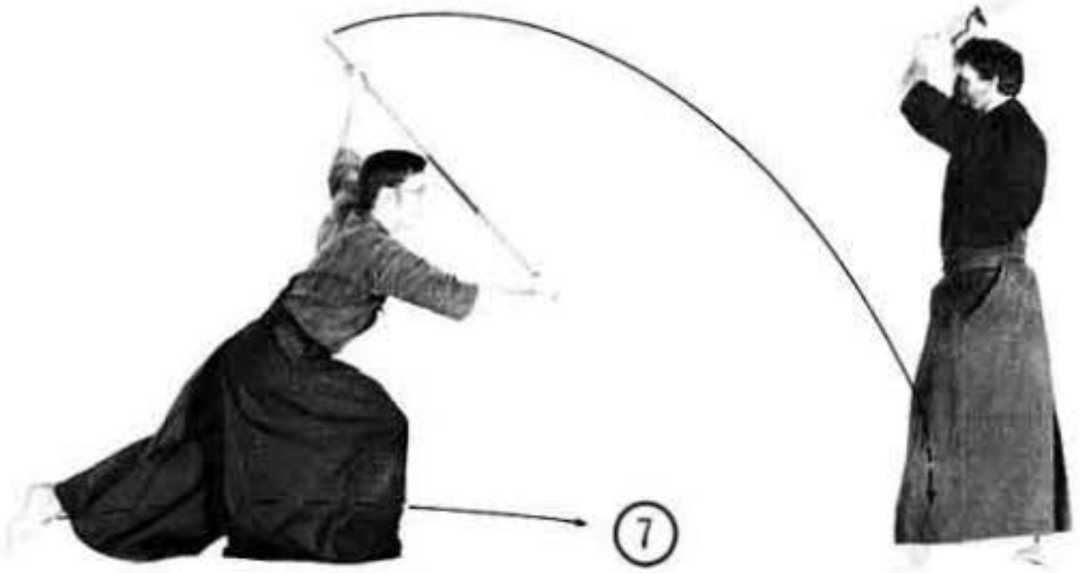
Uchidachi — Obligez Shidachi à reculer lors de la prise de Kamae (2 à 4). Gardez en mémoire que vous étiez venu pour une coupe du point Tentô avant que Shidachi n'élargisse le Ma-ai.

Shidachi — After taking Seiza, lay the Jo on your Hakama (1). When Uchidachi is at the Chikama distance, raise the right knee, toes at the same level as the left knee, the Jo pointing towards Uchidachi's Suigetsu (2). Then take Gyakute no kamae by moving the left knee back a fair distance and by bringing the right foot back a little (3 to 5). Thigh and leg vertical and parallel. While executing this movement, strive to keep a low position.

Uchidachi — Force Shidachi back when he takes the Kamae (2 to 4). Bear in mind that you had intended to cut his Tentô point before he widened the Ma-ai.

6





7

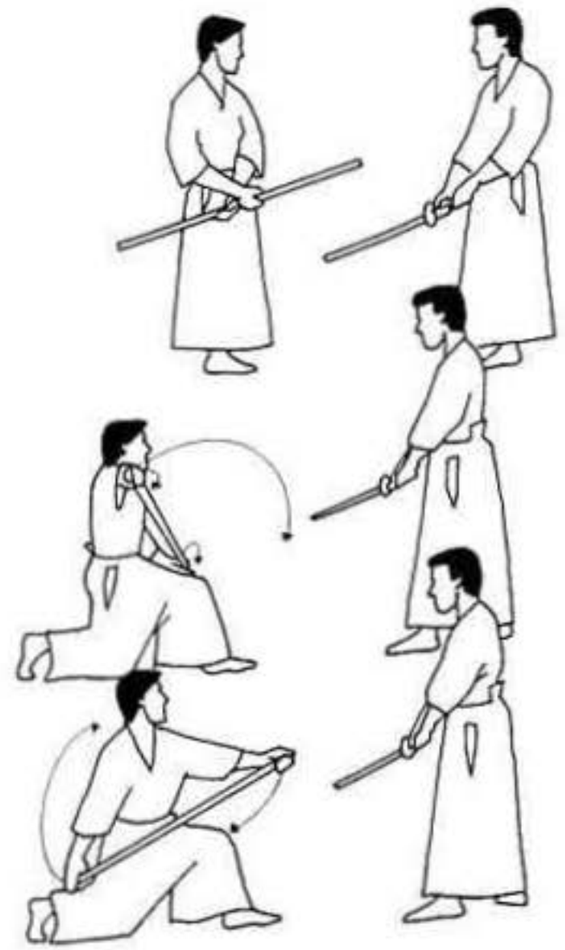
8

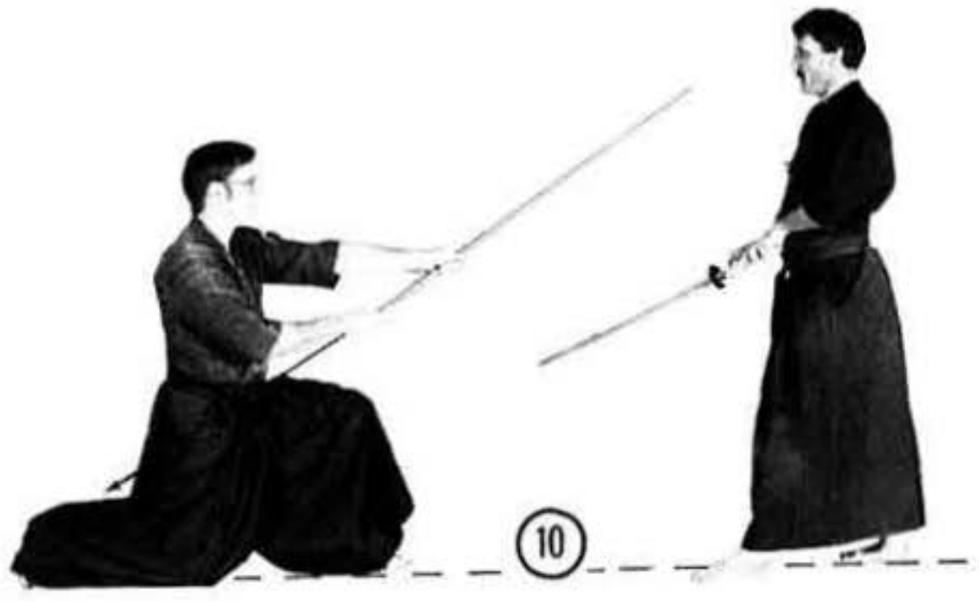
Shidachi — A peine Uchidachi amorce son Jôdan, faites un appel du pied droit, regagnant ainsi les quelques centimètres que vous aviez perdus entre les points 4 et 5, et, simultanément, retirez le Jo (6). Puis, tout en restant assez bas, attaquez le Kurobushi de la jambe gauche de Uchidachi avec un Honte uchi qui passera dans un angle Kesa giri près du visage de Uchidachi (7 et 8).

Uchidachi — Puis d'un mouvement intense, menaçant et progressif, reculez le pied droit et prenez Jôdan no kamae (6). Le Jo va passer par un angle qui interdit toute coupe de votre part (7). Lorsque le Jo est remonté à votre point Uto (9), reculez légèrement en Tsugi ashi et baissez votre arme sur votre droite jusqu'à la position Hodoku (10).

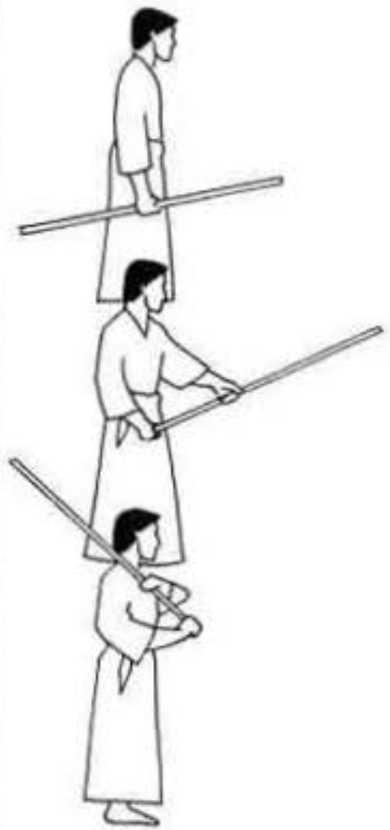
Shidachi — Just as Uchidachi begins his Jôdan, stamp the right foot forward to reclaim the few centimetres you lost between point 4 and point 5, and, at the same time, withdraw the Jo (6). Then, whilst crouching quite low, attack the Kurobushi of Uchidachi's left leg with a Honte uchi through a Kesa giri angle passing near Uchidachi's face (7 and 8).

Uchidachi — Then, with an intense, menacing and progressive movement, move back the right foot and take Jôdan no kamae (6). The angle at which the Jo passes will preclude any cut on your part (7). When the Jo comes up to your Uto point (9), move back a little in Tsugi ashi and lower your weapon on your right until you reach the Hodoku position (10).



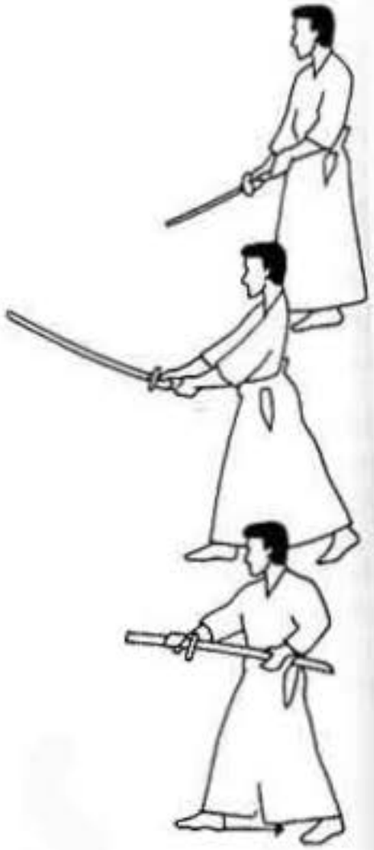


hoso michi



HOSO MICHI: chemin étroit. Dernier Kata de la série de Omote, Hoso michi donne un avant-goût de la série suivante. En effet, c'est pour la première fois que Shidachi et Uchidachi avancent simultanément l'un vers l'autre. Ceci bouleverse la notion de Ma-ai, jusque-là plutôt statique. De part et d'autre, cette séquence présente plusieurs dangers sérieux. Redoublez de Zanshin. L'expérience des Kata précédents vous a suffisamment préparés pour le dynamisme de cette technique.

HOSO MICHI: narrow path. Hoso michi is the last Kata in the Omote series and it gives a foretaste of the next series. Indeed, it is the very first time that Uchidachi and Shidachi both advance at the same time. This upsets the notion of Ma-ai which up to here had been rather static. This sequence contains real dangers for both sides. Redouble Zanshin. The previous Kata have armed you with enough experience to face the dynamism of this technique.



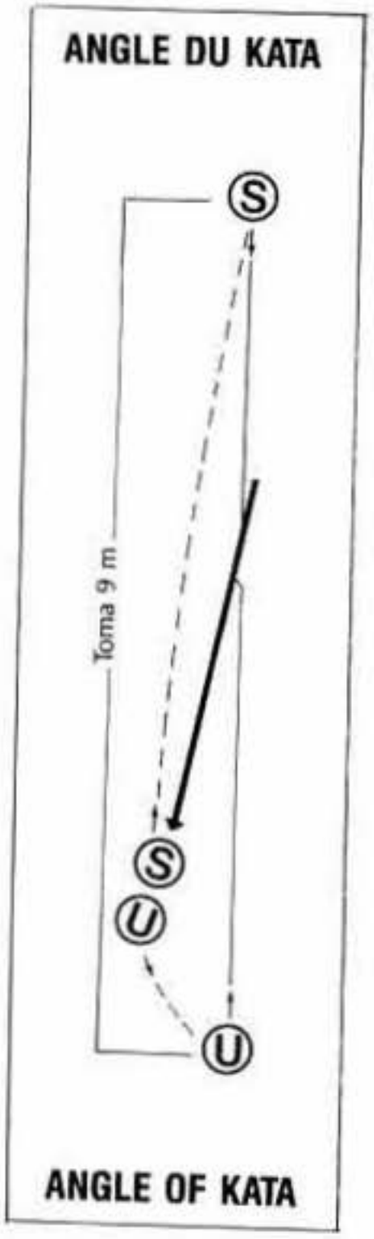
Shidachi — Laissez deux ou trois pas d'avance à Uchidachi, puis marchez à petits pas jusqu'à ce que vous jugiez le Ma-ai suffisant. Passant par Jôdan, faites un Honte uchi, pied gauche en avant, dans un angle Shômen passant par le point Tentô de l'adversaire (2 et 4), jusqu'à ce que votre arme touche le sol sur la ligne centrale. Il est fort probable que vous touchiez le Tsuka (poignée) du Bokken en passant, mais n'en faites pas une cible proprement dite.

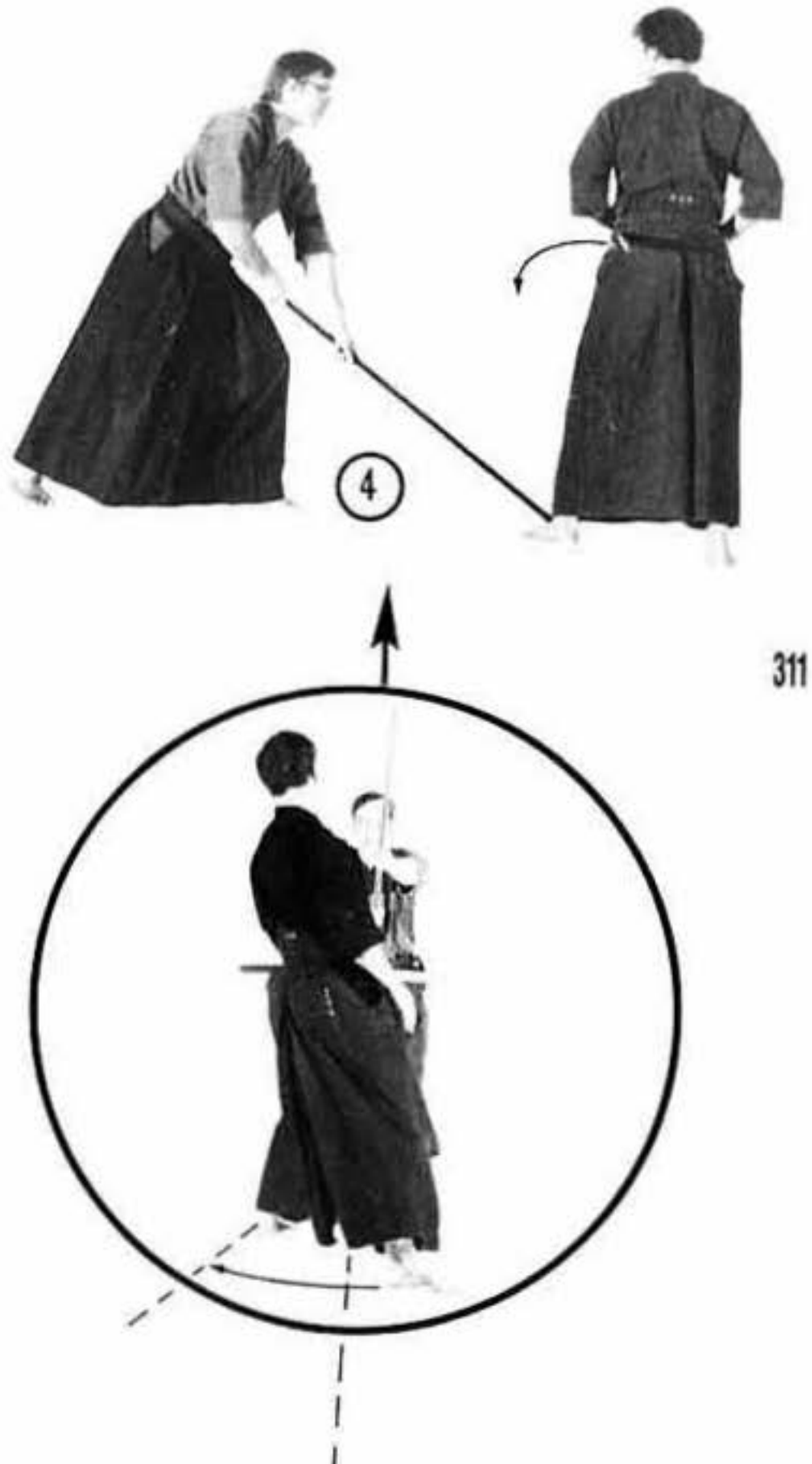
Uchidachi — Restez alerte au début de ce Kata, le Honte uchi de Shidachi pourrait vous être fatal. Au dernier moment, votre pied gauche se place légèrement à gauche de votre ligne centrale. Pivotant sur ce pied, placez votre pied droit légèrement derrière le gauche pour que vos hanches soient perpendiculaires à la ligne centrale. Maintenez votre tête en arrière, hors de la trajectoire, et ne posez pas encore votre main sur le Tsuka (2 à 4).

Shidachi — Let Uchidachi two or three steps lead, then walk forward with small steps until you judge that the Ma-ai is right. Make a Honte uchi going through Jôdan, left foot forward, through a Shômen angle passing by the opponent's Tentô point (2 to 4), until your weapon touches the ground on the centre-line. You are likely to touch the Tsuka (hilt) of the Bokken on the way, but do not make it a target.

Uchidachi — Be alert at the start of this Kata for Shidachi's Honte uchi could be lethal. At the last moment, move your left foot a little to the left of your centre-line. Pivot on this foot and place your right foot slightly behind the left to finish with hips facing the centre-line at right angles. Hold your head back, out of the way, and do not yet lay your hand on the Tsuka (2 to 4).

3
2


ANGLE DU KATA
S
Toma 9 m
S
U
U
ANGLE OF KATA


4

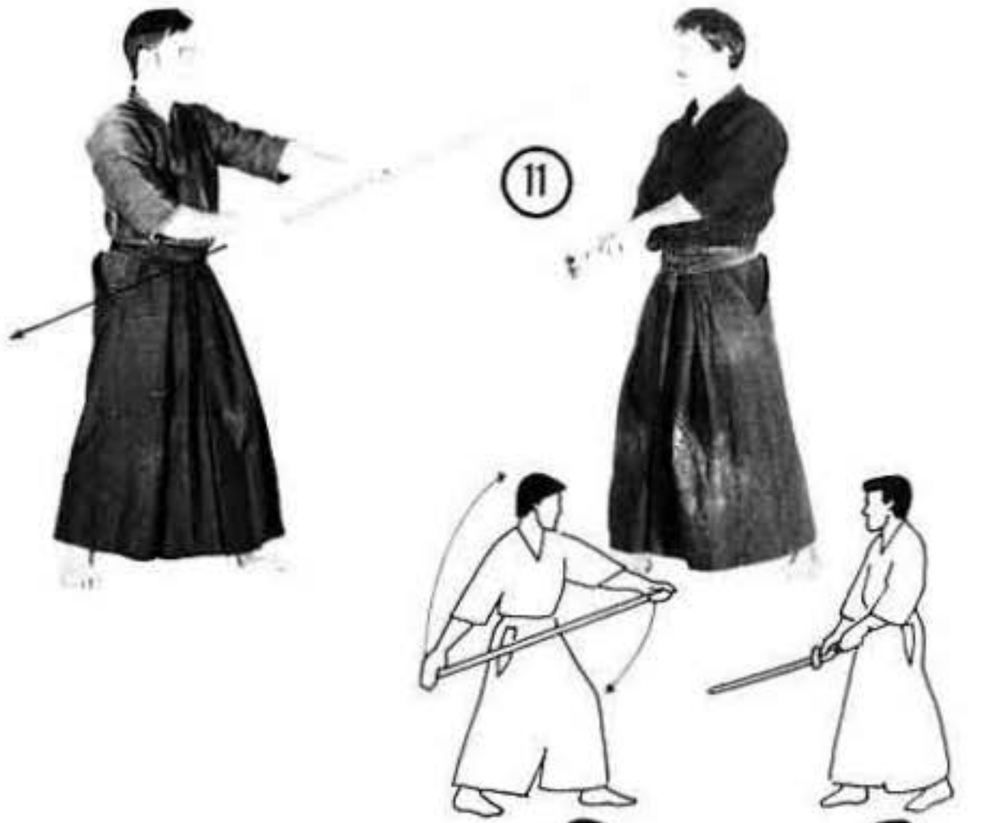
(Hoso michi, suite / continued)

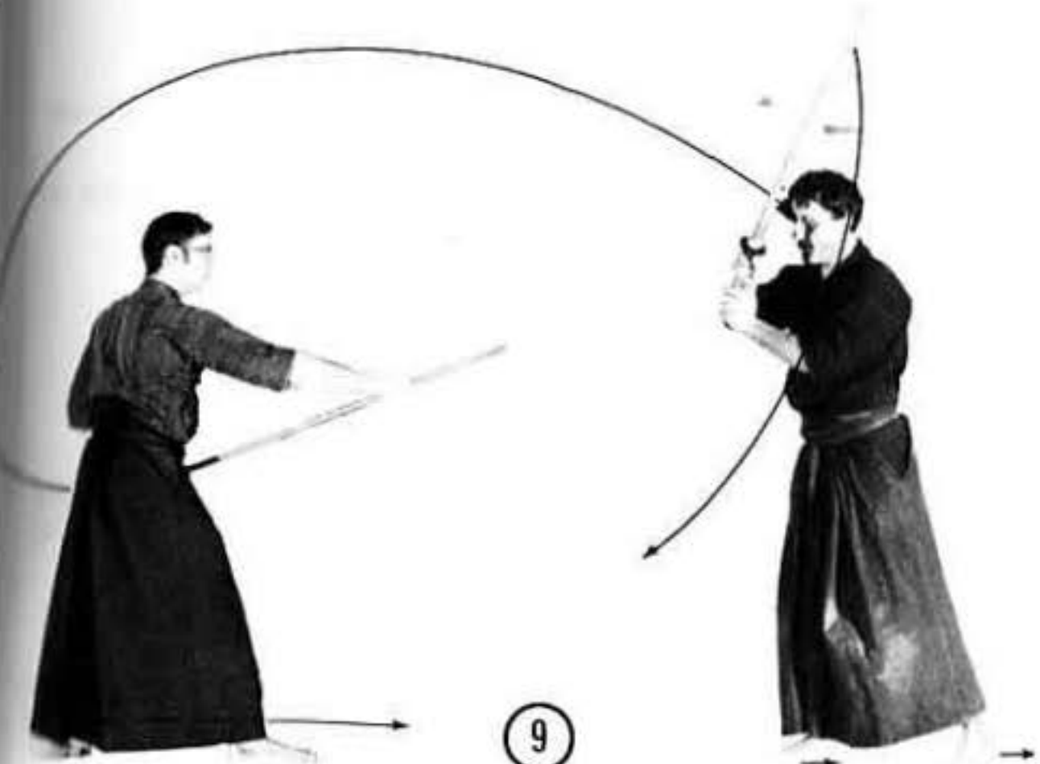
Shidachi — A peine Uchidachi commence à pivoter dans votre direction, reculez en joignant les pieds comme pour Tai hazushi uchi (5), et contrôlez la coupe avec Hidari honte uchi sur l'avant-bras de Uchidachi (6). Mettez à profit le Jôdan no kamae de ce dernier pour faire un Tsuki (7 et 8). Lorsqu'il descend son sabre, foncez dans l'ouverture avec un autre Hidari honte uchi visant son point Uto dans un angle Shômen (9 et 10).

Uchidachi — Pivotez ensuite sur votre gauche en dégainant et coupez le point Tentô de Shidachi (5 et 6). Vous ne pourrez terminer votre coupe à cause du contrôle du Jo. Reculez en Jôdan (7 et 8) en absorbant le Tsuki. Laissez aussitôt tomber votre sabre sur votre gauche en prenant soin d'éviter, d'un grand Tsugi ashi, le dernier Honte uchi qui arrive de manière assez inattendue (9 et 10). Passez sous le Jo pour vous remettre en Hodoku (11).

Shidachi — Hardly has Uchidachi started to pivot towards you, step back and bring the feet together as in Tai hazushi uchi (5), and control the cut with Hidari honte uchi on Uchidachi's fore-arm (6). Make use of his Jôdan to deliver a Tsuki (7 and 8). When he lowers his sword, rush through the opening with another Hidari honte uchi aimed at his Uto point through a Shômen angle (9 and 10).

Uchidachi — Then pivot to your left, draw and cut Shidachi's Tentô point (5 and 6). The control by the Jo will stop you completing your cut. Step back in Jôdan (7 and 8), absorbing the Tsuki. Lower your sword immediately on your left and be careful to avoid the last — unexpected — Honte uchi by making a big Tsugi ashi (9 and 10). Pass under the Jo to take the Hodoku position (11).





TOKUSHU WAZA — Techniques spéciales

Les Kata suivants: Uchi otoshi, Suigetsu et Shamen, sont des techniques spéciales qui ne figurent pas dans le curriculum de Shindô Musô Ryû. Toutefois, leur grande simplicité et leur efficacité firent que le Ryû les adopta officieusement. De plus, les deux dernières techniques font partie des 12 Kata de la Zen Nippon Kendô Renmei Jodô Seiteigata (Kata officiels de Jodô de la Fédération japonaise de Kendô)*. Me Shimizu n'a cependant pas retenu Uchi otoshi dans son enseignement général. Par contre, il plaça Suigetsu et Shamen tout de suite après Omote. Omettant donc Uchi otoshi, c'est dans le même ordre que je vous présente ces deux techniques qui peuvent être enseignées dans le cadre de Omote mais qui, je le rappelle, n'en font pas partie. Suigetsu et Shamen sont des Kata très pratiques lors de courts stages où l'on fait travailler des gens qui n'ont aucune expérience du Ryû.

* La ZNKR (Fédération japonaise de Kendô) comprend, parallèlement au Kendô qui en est la discipline principale, le Jodô et le Iaidô comme disciplines associées. C'est un excellent moyen d'initier les Kendô Shûgyôsha à des disciplines différentes. La ZNKR et Me Shimizu ont choisi, en ce qui concerne le Jodô, 12 Kata dans les trois premières séries de Shindô Musô Ryû Jodô. Ces 12 Kata sont représentatifs du Ryû mais n'en suivent évidemment pas la progression. Ce sont, dans l'ordre: →

Si les Kendô Shûgyôsha souhaitent approfondir leurs connaissances, ils peuvent toujours entreprendre l'étude plus complète de Shindô Musô Ryû pour le Jodô, ou de Musô Shinden Ryû pour le Iaidô.

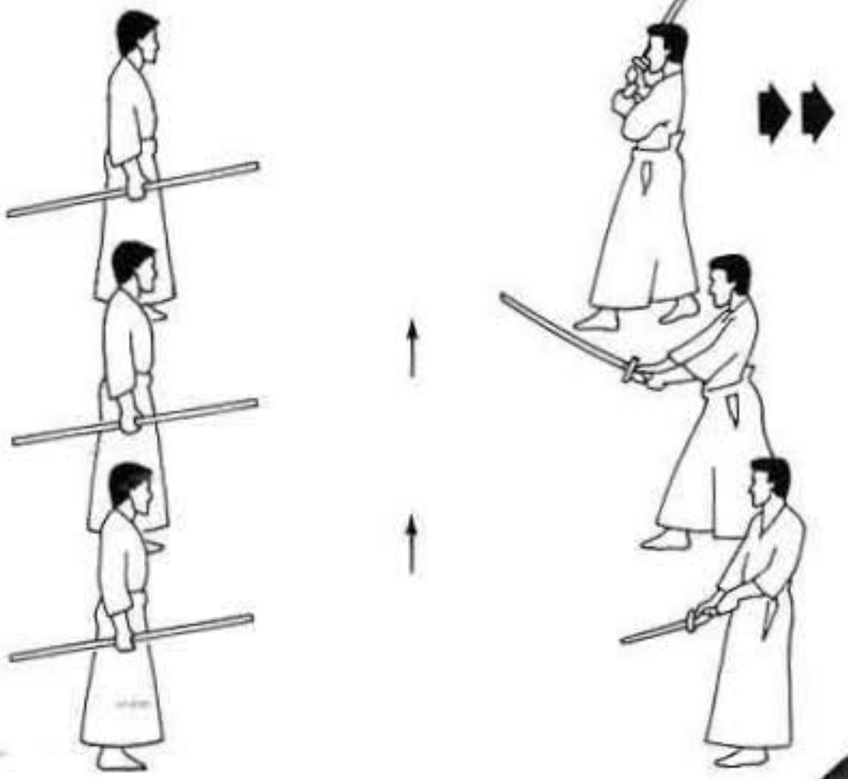
1. Tsuki zue
2. Suigetsu
3. Hissage (avec/with Odachi)
4. Shamen
5. Sakan
6. Monomi
7. Kasumi
8. Tachi otoshi
9. Rai uchi
10. Seigan (légèrement différent de celui du Ryû/ slightly different from the on practised in the Ryû)
11. Midare dome
12. Ran-ai

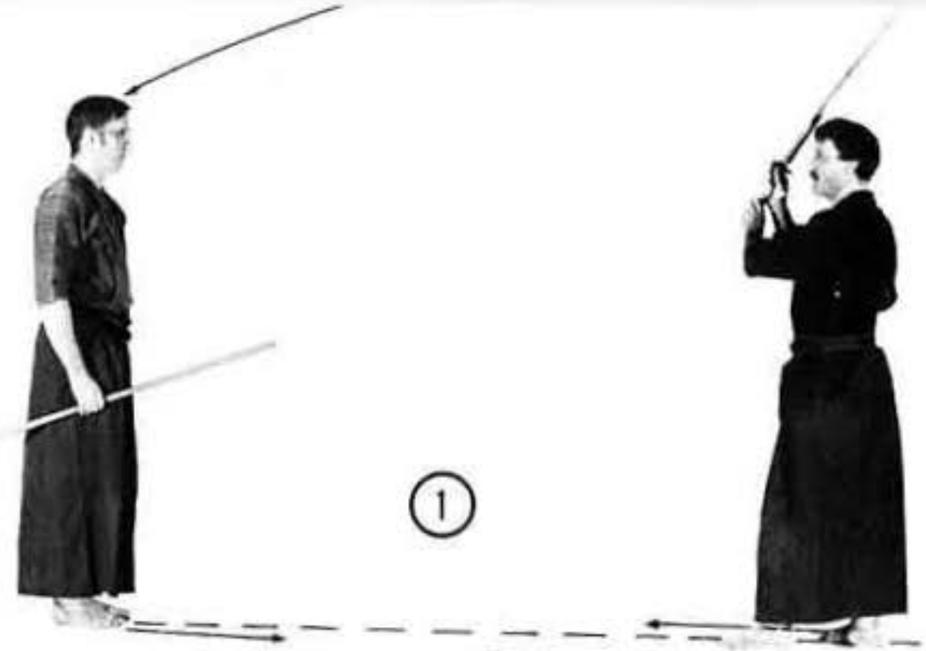
TOKUSHU WAZA — Special techniques

Uchi otoshi, Suigetsu and Shamen are special techniques which do not figure in the scope of Shindô Musô Ryû. However, their great simplicity and efficiency ensured that they were officiously integrated into the Ryû. What is more, the last two techniques form part of the 12 Kata of the Zen Nippon Kendô Renmei Jodô Seiteigata (Official Jodô Kata of the Japanese Kendô Federation *). Shimizu Sensei decided not to include Uchi otoshi in his general teaching, but he did place Suigetsu and Shamen immediately after the Omote series. Omitting Uchi otoshi, I present these two techniques in that order. They may be taught within the framework of Omote, even though they do not form part of it. Suigetsu and Shamen are very useful on special training sessions where they can be practised by people with no experience of the Ryû.

* The ZNKR (Japanese Kendô Federation) includes, besides Kendô which forms the main discipline, Jodô and Iaidô as associate disciplines. It is an excellent way to introduce Kendô Shûgyôsha to other disciplines. For Jodô, the ZNKR and Shimizu Sensei have chosen 12 Kata from the first three series of Shindô Musô Ryû. These 12 Kata are representative of the Ryû but obviously do not follow the same progression. They are, in order: →

Kendô Shûgyôsha wishing to delve deeper can then study Shindô Musô Ryû, for Jodô, and Musô Shinden Ryû, for Iaidô.





SUIGETSU: plexus solaire. Ce Kata permet de comprendre la notion de «Irimi» (entrer dans la garde d'un adversaire). Très simple d'aspect, cette technique exige toutefois que le premier mouvement (Tsuki) soit parfait autant sur le plan du Ri-ai et du « timing » que sur le plan de l'efficacité. Ce coup d'estoc doit en effet stopper Uchidachi et fortement réduire son aggressivité.

SUIGETSU: solar plexus. This Kata yields an understanding of "Irimi" (entering the opponent's defence). This technique might seem simple, yet it requires perfect Ri-ai and timing in the first movement (Tsuki). Indeed, this thrusting blow must be very efficient for it is supposed to stop Uchidachi and to greatly reduce his aggressivity.

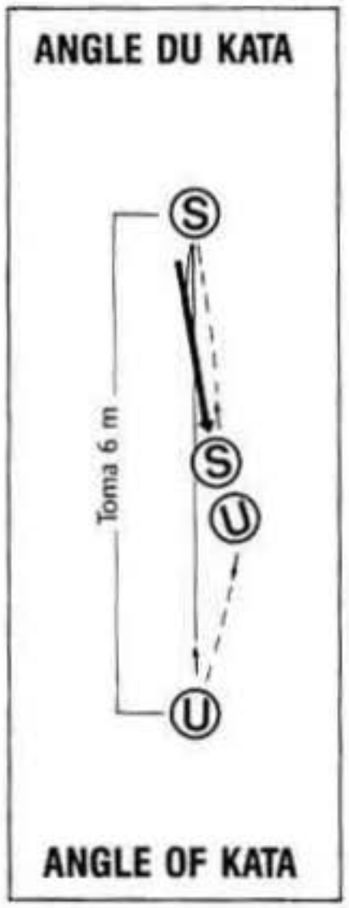
水月

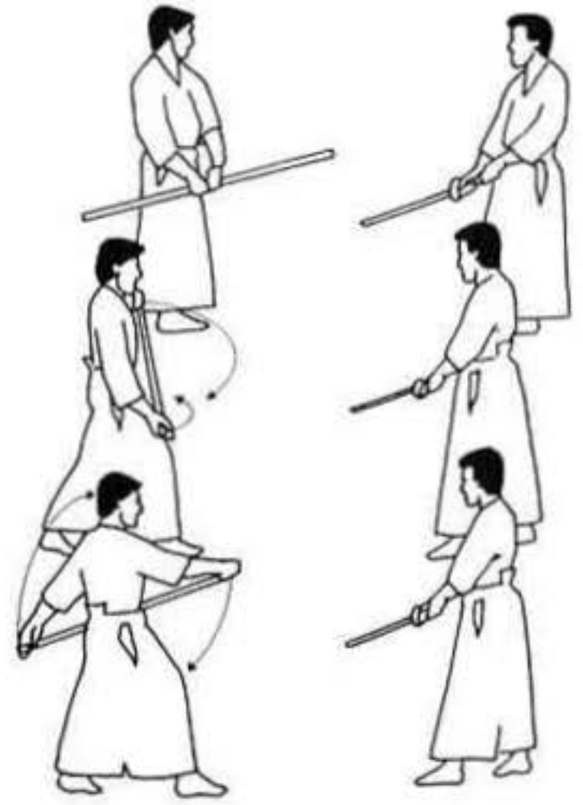
Shidachi — Choisissez un angle très proche de la ligne centrale, 10 ou 15 degrés, et en même temp que vous effectuez un Tsuki, prenez soin d'effacer votre épaule gauche (2 et 3). Ce mouvement donne une impulsion supplémentaire à votre Tsuki. Attendez que Uchidachi désengage et, simultanément, recu lez votre pied droit en prenant Hiki otoshi no kamae (4), et en retournant votre main droite (5). Exécute Hiki otoshi uchi le plus dynamiquement possible (6 et 7).

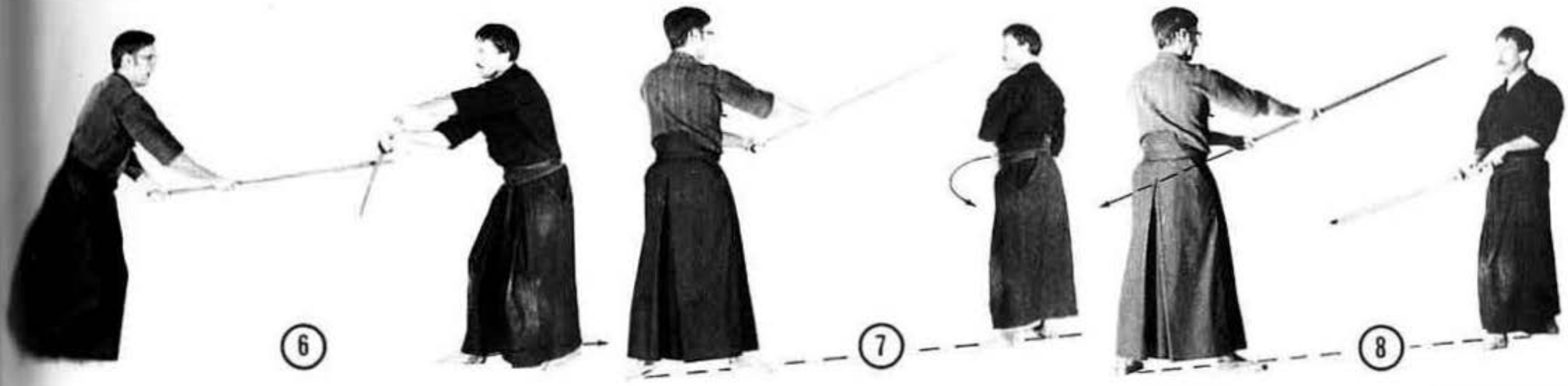
Shidachi — Adopt an angle close to the centre-line, 10 or 15 degrees, and when you carry out the Tsuki take care to move your left shoulder out of the way (2 and 3). This movement will impart an extra momen tum to your Tsuki. Wait until Uchidachi withdraws and then move your right foot back to assume Hik otoshi no kamae (4), turning your right hand to a Honte position (5), and carry out Hiki otoshi uch as dynamically as possible (6 and 7).

Uchidachi — Coupez le point Tentô de votre adversaire et arrêtez la coupe un peu plus haut que le Seika tanden pour éviter de blesser votre bras gauche qui se trouverait dans la trajectoire du Jo s'il descendait plus bas (2 et 3). Prenez ensuite Hasso no kamae et menacez Shidachi d'une coupe jusqu'au niveau Seigan, la Kissaki à environ 1 m de Shidachi (5). Absorbez le Hiki otoshi uchi et revenez à la position Hodoku (6 à 8).

Uchidachi — Cut your opponent's Tentô point and control your cut a little above the Seika tanden level to avoid injuring your left arm, which would lie in the path of the Jo if it went any lower (2 and 3). Then assume Hasso no kamae and make a threatening cut to Seigan level, the Kissaki at about 1 m from Shidachi (5). Absorb the Hiki otoshi uchi and return to the Hodoku position (6 to 8).



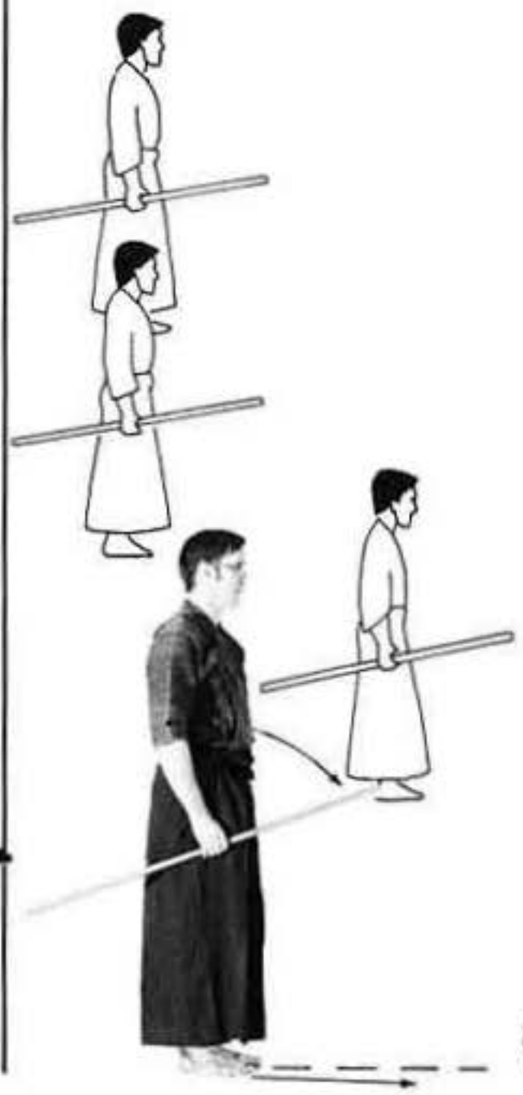




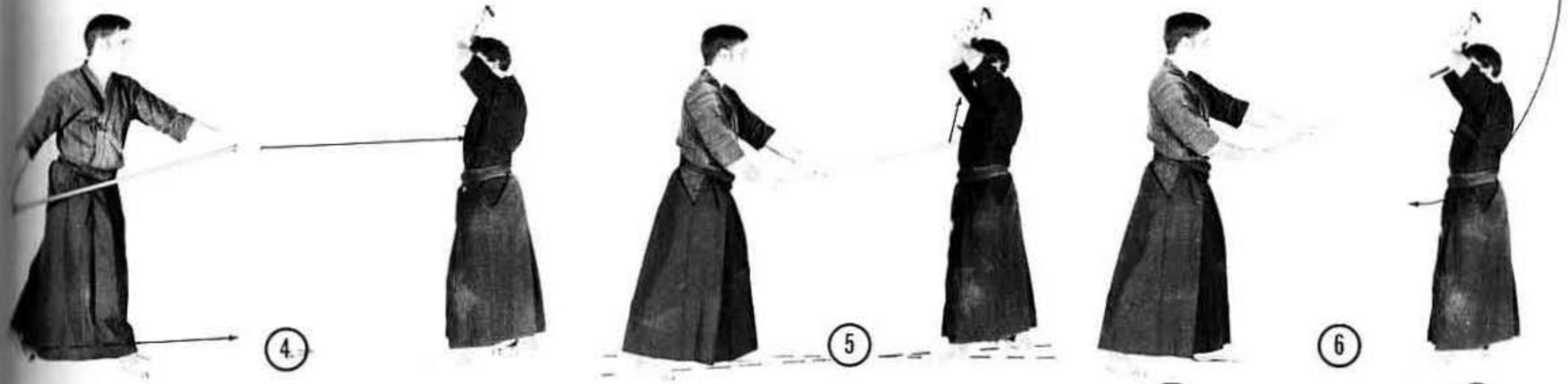
shamen

SHAMEN : diagonale. Comme Suigetsu, ce Kata ne comporte que deux mouvements. Il nécessite une précision et un contrôle parfaits. Tout comme le Kata précédent, la simplicité même des mouvements met en exergue le moindre défaut. Shamen est un excellent exercice de Ri-ai et de Ki-musubi.

SHAMEN : diagonal. Just like Suigetsu, this Kata comprises only two movements. It also demands perfect precision and control. As for the previous Kata, the very plainless of the movements will show up the slightest mistake. Shamen is an excellent study of Ri-ai and Ki-musubi.

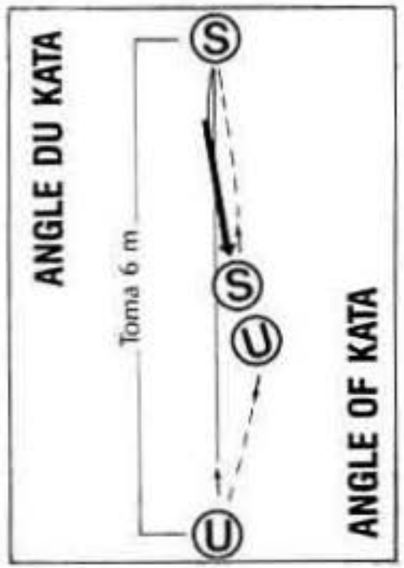


斜面



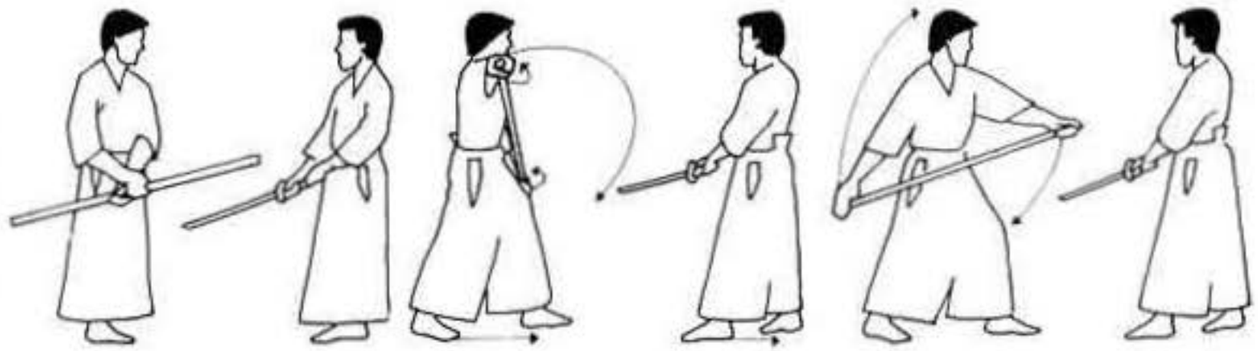
Shidachi — En avançant légèrement le pied droit à droite de votre ligne centrale, agrippez l'extrémité du Jo avec la main gauche en Gyakute. Coordonnez ensuite le déplacement du pied gauche derrière le pied droit avec l'attaque du Jo dans une diagonale partant de votre hanche et finissant sur la tempe gauche de Uchidachi (1 à 3). Prenez la position Kaeshi tsuki quand Uchidachi commence à prendre Jôdan no kamae et effectuez un Tsuki dans son plexus solaire (4 et 5). Attention à ne pas faire un trop grand pas pour ce dernier mouvement.

Uchidachi — Coupez le point Tentô de Shidachi et n'arrêtez votre coupe qu'au niveau du Seika tanden (2 et 3). Prenez ensuite Jôdan no kamae (4 et 5) et absorbez le Tsuki. Baissez votre arme sur votre droite jusqu'à la position Hodoku (7).



Shidachi — Move the right foot forward a little, on the right of your centre-line, and grip the end of the Jo with the left hand in Gyakute position. Then move the left foot behind the right and simultaneously attack with the Jo up a diagonal starting at your hip and finishing on Uchidachi's left temple (1 to 3). Reverse the Jo in a Kaeshi tsuki position when Uchidachi takes Jôdan no kamae and thrust him in the solar plexus (4 and 5). Be careful not to take too big a step for this last movement.

Uchidachi — Cut Shidachi's Tentô point down to your Seika tanden level (2 and 3). Then take Jôdan no kamae (4 and 5) and absorb the Tsuki. Lower your weapon on your right until you are in the Hodoku position (7).



chûdan

APRÈS deux ou trois ans de travail, le Gyôsha est arrivé à un certain automatisme dans les mouvements. Les techniques requièrent moins de concentration cérébrale, libérant ainsi l'esprit pour des notions plus abstraites. La «vérité dans l'action» fait ressortir ce genre de notions, et cette vérité n'apparaît que lorsque l'action est assez intense et dynamique pour créer des situations où l'intuition supplante le raisonnement, donnant lieu à de brefs éclairs de clairvoyance.

Pour provoquer ce genre de situations, la deuxième série de Kata, Chûdan (degré intermédiaire), offre une succession de techniques généreusement variées, dynamiques et très mobiles. Les buts principaux visés par le travail de Chûdan sont les suivants:

1. Intensifier le rythme de travail (Isshin).
2. Augmenter la puissance des techniques (Ki-Ken-Tai).
3. Aguerrir le Gyôsha physiquement et mentalement (Seishin tanren).
4. Développer une vision intuitive (Kan-ken).

Pour atteindre ces différents buts, deux conditions sont nécessaires:

1. Un rythme plus soutenu et plus fluide que celui de Omote. C'est le rythme typique de Chûdan.
2. Tout comme pour la série précédente, un Uchidachi supérieur en technique et en expérience, et qui sera en excellente condition physique afin de pouvoir motiver Shidachi pour qu'il intensifie son travail.

L'eau, chauffée par Omote, va maintenant être portée progressivement à l'état d'ébullition afin d'éliminer d'autres impuretés qui ont résisté jusque-là.

中殺

Chûdan

AFTER two to three years' work, the Gyôsha has acquired a certain fluency of movement. The techniques now come more easily, freeing the mind to concentrate on more abstract concepts. The "truth in action" brings out this type of notion and this truth is only evident when the action is intense and dynamic enough to create situations in which intuition overrides reason, giving rise to brief flashes of enlightenment.

The second series of Kata, Chûdan (intermediate level), provides a broad range of dynamic, very mobile and varied techniques to provoke this kind of situation. The main goals of the Chûdan series are as follows:

1. To intensify the rhythm of work (Isshin).
2. To increase the strength of the technique (Ki-Ken-Tai).
3. To physically and mentally harden the Gyôsha (Seishin tanren).
4. To develop intuitive sight (Kan-ken).

Two conditions are necessary to attain these goals:

1. A steady and more fluid rhythm than Omote. It is the characteristic rhythm of Chûdan.
2. An Uchidachi superior in both experience and technique, as for the previous series, and who is extremely fit — to motivate Shidachi to intensify his work.

The water, warmed by Omote, will now be progressively brought to boiling point to remove any impurities still remaining.

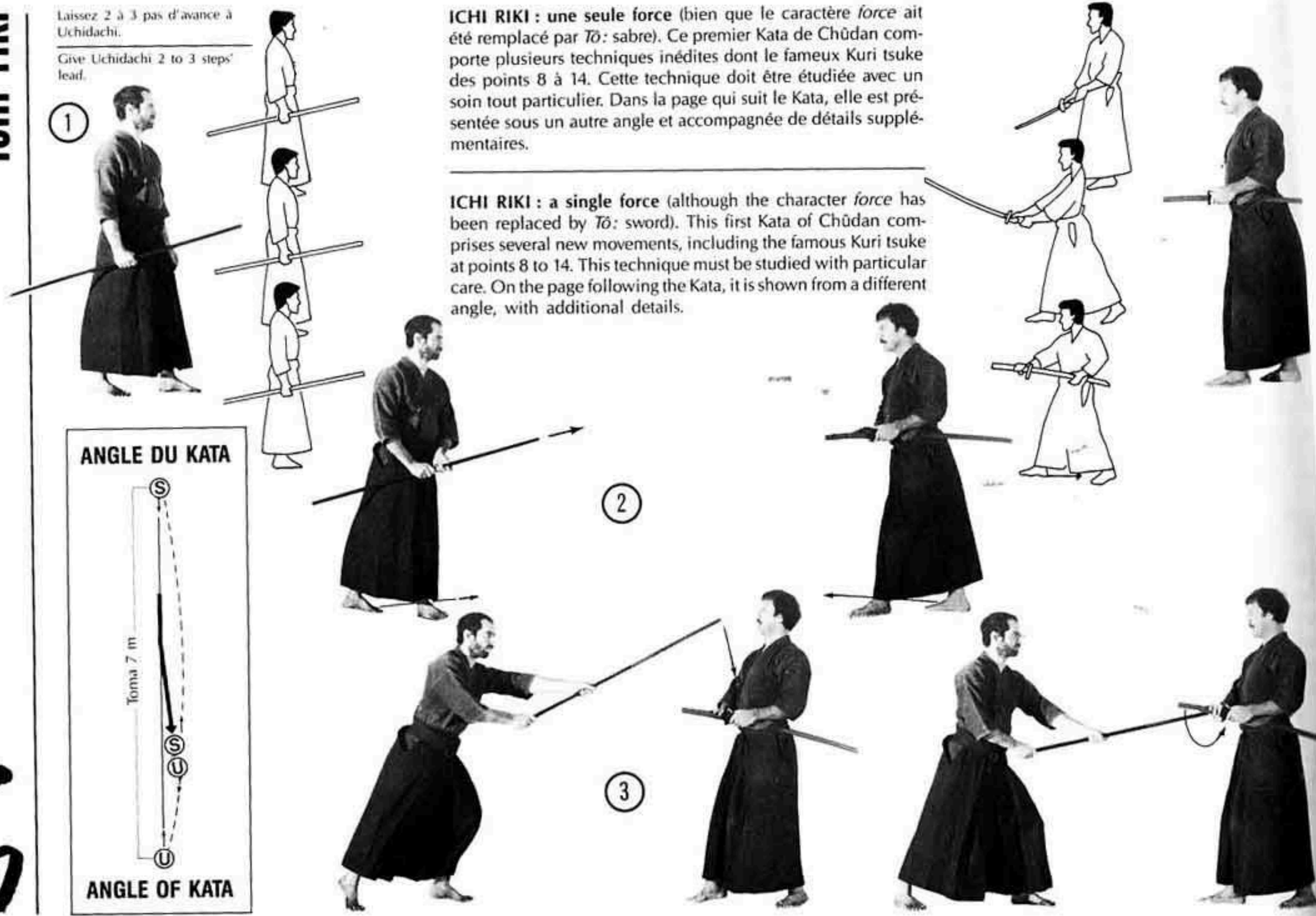
ichi riki

Laissez 2 à 3 pas d'avance à Uchidachi.

Give Uchidachi 2 to 3 steps' lead.

ICHI RIKI : une seule force (bien que le caractère *force* ait été remplacé par *Tô:* sabre). Ce premier Kata de Chûdan comporte plusieurs techniques inédites dont le fameux Kuri tsuke des points 8 à 14. Cette technique doit être étudiée avec un soin tout particulier. Dans la page qui suit le Kata, elle est présentée sous un autre angle et accompagnée de détails supplémentaires.

ICHI RIKI : a single force (although the character *force* has been replaced by *Tô:* sword). This first Kata of Chûdan comprises several new movements, including the famous Kuri tsuke at points 8 to 14. This technique must be studied with particular care. On the page following the Kata, it is shown from a different angle, with additional details.



一刀

ANGLE DU KATA

ANGLE OF KATA

Tranchant
Cutting edge

Shidachi — Au moment où Uchidachi pose sa main sur le Tsuka, placez votre main gauche devant la droite (2) et projetez l'extrémité du Jo vers son point Uto (3) pour aussitôt le stopper au niveau du Suigetsu en contrôlant son poignet (4). Simultanément à son dégainement, désengagez d'un grand pas vers l'arrière en prenant Hiki otoshi no kamae, main droite en position Gyakute (6 et 7). Lorsque Uchidachi attaque, pointez le Jo dans ses yeux en avançant le pied gauche et en baissant votre centre de gravité (8).

Uchidachi — Avancez après avoir mis votre Bokken dans la ceinture (Taitô) (1). Arrivé à une distance qui vous permet de dégainer et de couper à la manière du Iaijutsu, posez votre main droite sur le Tsuka (2). Après que Shidachi soit entré en contact avec votre Suigetsu et votre poignet droit, dégainez par-dessous le Jo (5) et faites un grand pas vers l'arrière, le sabre haut et menaçant (6). Puis, en passant par Hasso no kamae (7), coupez le point Tentô de Shidachi dans un angle Shômen (8).

Shidachi — When Uchidachi lays his hand on the Tsuka, place your left hand in front of the right (2), thrust the end of the Jo towards his Uto point (3) and immediately stop his advance at the Suigetsu level, while controlling his right wrist (4). When he draws his weapon, disengage with a big step backwards. You are now in Hiki otoshi no kamae, the right hand in Gyakute position (6 and 7). When Uchidachi attacks, point the Jo towards his Uto point and lower your centre of gravity (8).

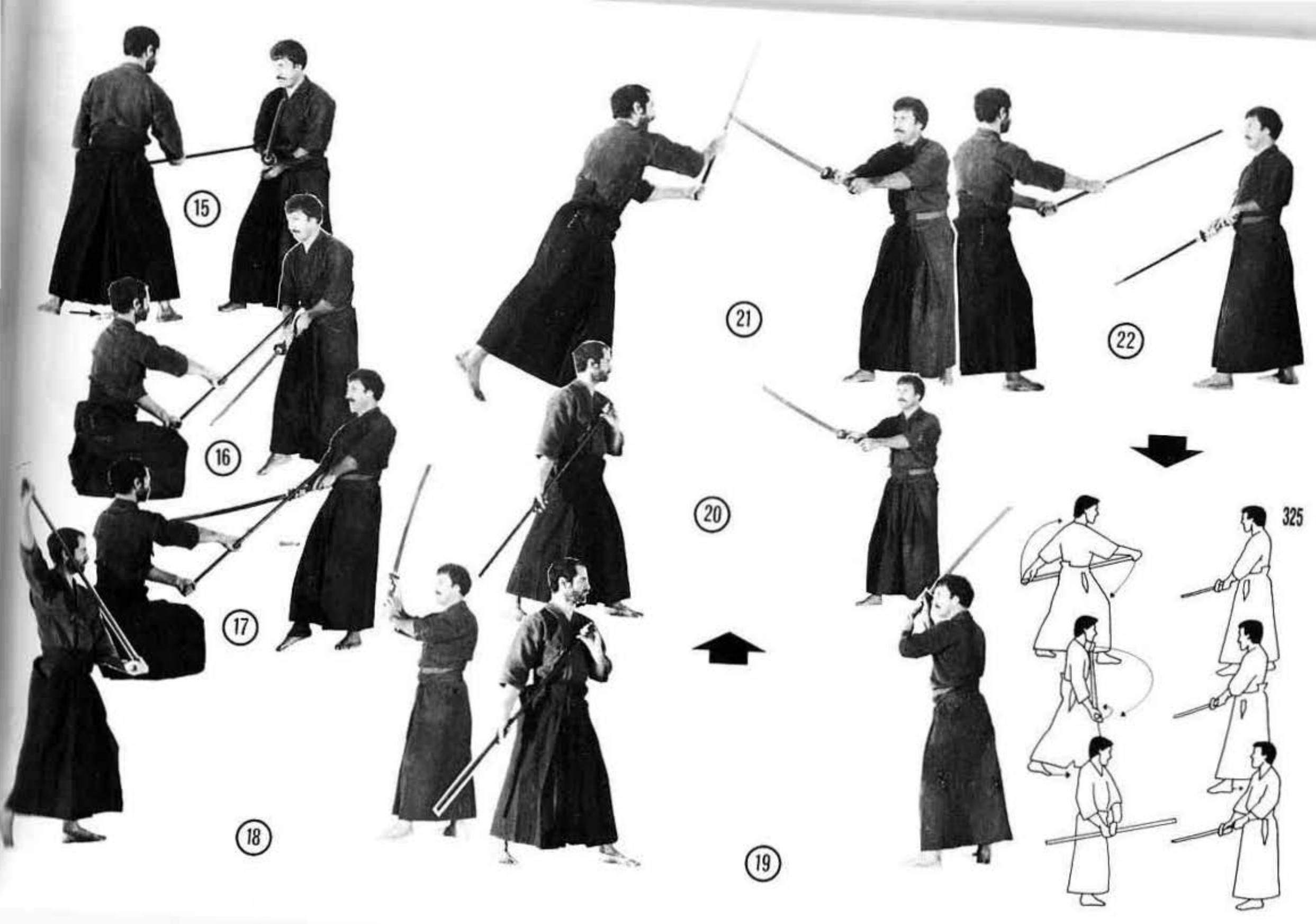
Uchidachi — Move forward, after having placed your Bokken inside the belt (Taitô) (1). When you are at a distance that allows you to draw and cut in the Iaijutsu manner, lay your right hand on the Tsuka (2). After Shidachi makes contact with your Suigetsu and your right wrist, draw from under the Jo (5), and take a big step back, with the sword held high and threatening (6). Then, through Hasso no kamae, cut Shidachi's Tentô point through a Shômen angle (8).

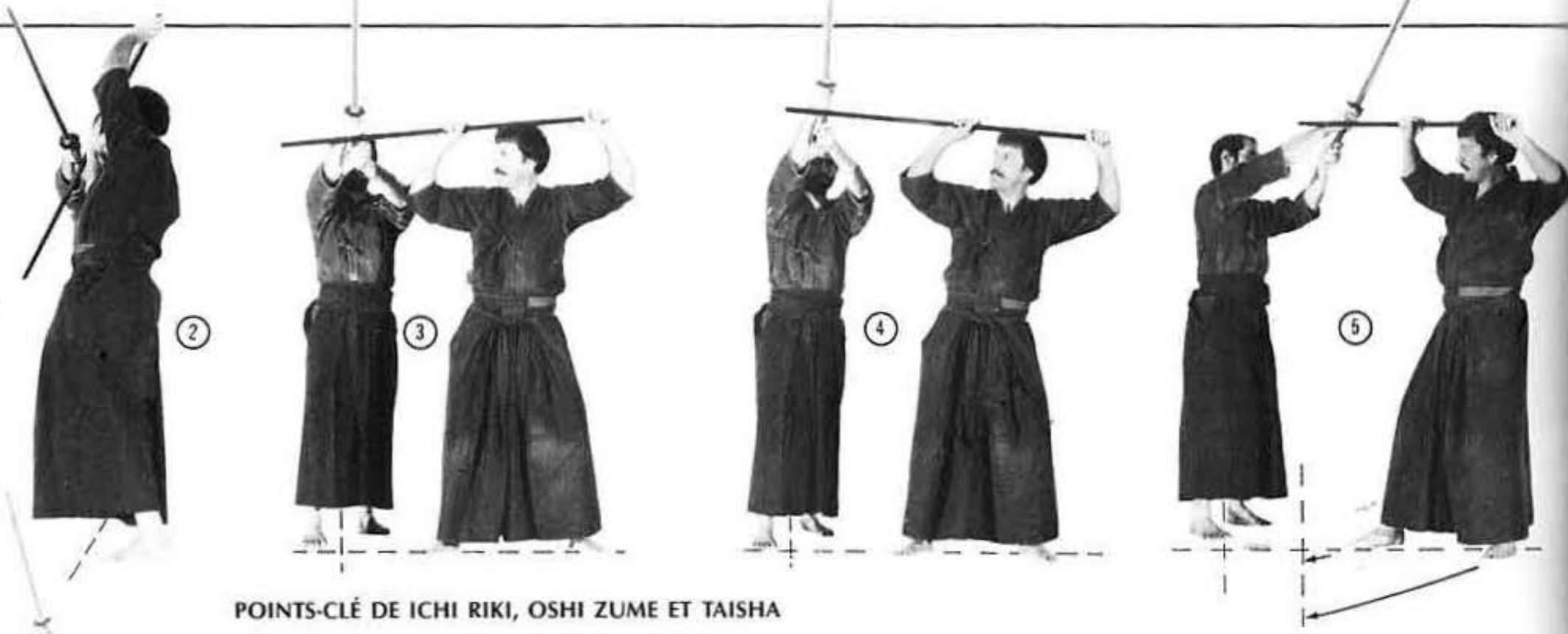
Shidachi — Après avoir placé le pied droit très près de Uchidachi (9), retournez-vous prestement pour vous placer à angles droits avec ce dernier, le Jo contrôlant le Tsuka du Bokken entre ses mains (11). Faites deux petits pas latéraux en soulevant le Bokken (12) et rabattez énergiquement ce dernier contre Uchidachi, l'extrémité du Jo au niveau de son Suigetsu (13 et 14). Quand Uchidachi tente une coupe vers votre jambe, avancez le pied gauche contre le droit (15) en vous baissant, face à lui, avec un contrôle puissant sur son Suigetsu (16). Désengagez simultanément pour vous retrouver en Hiki otoshi no kamae (18 et 19). Termi par un Hiki otoshi uchi (20 à 22).

Uchidachi — Sans opposer trop de résistance, subi les points 9 à 14. Au point 14, tentez une coupe v la jambe droite de Shidachi (15 et 16), sans avance jambe gauche mais en tournant les hanches. Puiss ment contrôlé, passez sous le Jo pour désengager Hasso no Kamae (17 à 19) et menacez Shidachi (Absorbez et adoptez la position Hodoku (21 et 2

Shidachi — After placing your right foot very close to Uchidachi (9), turn around swiftly to stand at right angles to him, with the Jo controlling the Tsuka of the Bokken between Uchidachi's hands (11). Take two small steps sideways, raising the Bokken (12), and bring it down strongly against Uchidachi, the end of the Jo on his Suigetsu (13 and 14). When Uchidachi attempts a cut towards your leg, move the left leg forward against the right and squat in front of him (15) with a powerful control of his Suigetsu (16). Disengage together and take Hiki otoshi no kamae (18 and 19). Finish wit Hiki otoshi uchi (20 to 22).

Uchidachi — Without opposing too much resistan submit to points 9 to 14. At point 14, attempt a towards Shidachi's right leg (15 and 16) without mov the left foot forward but turning the hips. Firmly c trolled, move under the Jo to disengage in Hasso kamae (17 to 19) and threaten him (20). Absorb a adopt the Hodoku position (21 and 22).


15
16
17
18
19
20
21
22



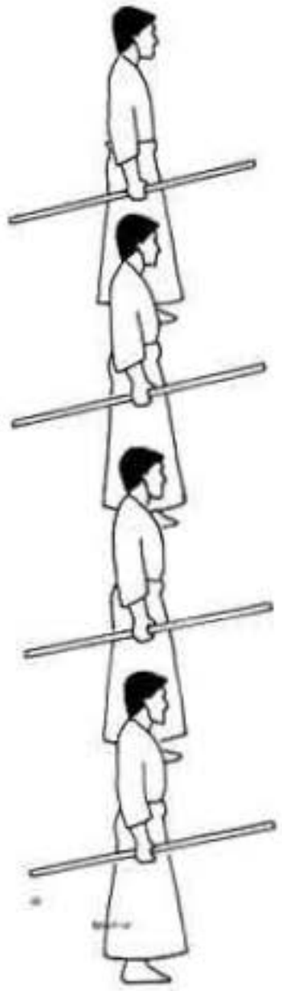
POINTS-CLÉ DE ICHI RIKI, OSHI ZUME ET TAISHA

Shidachi — Veillez, au point 1, à ce que votre main gauche ne revienne pas sous la ligne de coupe lors de votre déplacement jusqu'au point 2. Faites en sorte que le contact du Jo avec le Tsuka se fasse au plus tôt. Au point 3, veillez à ce que votre main droite soit plus proche de votre tête que la main gauche. Utilisez vos hanches (et non vos bras) en leur imprimant un balancement latéral, pour soulever les bras de Uchidachi (4). Attention à replacer vos pieds à la bonne distance, parallèlement à ceux de Uchidachi, pour que l'extrémité du Jo contrôle son Suigetsu (5 et 6). Au point 6, vos genoux sont fléchis et vos poignets pliés vers l'arrière.

KEY-POINTS FOR ICHI RIKI, OSHI ZUME AND TAISHA

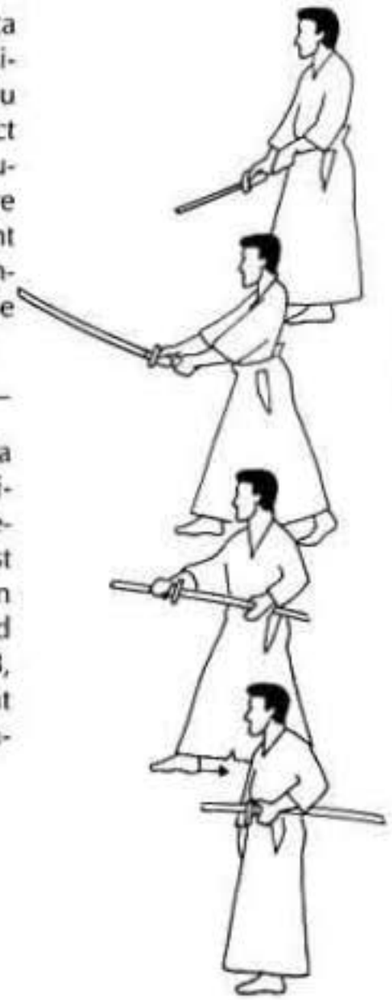
Shidachi — Take care, at point 1, that your left hand does not come back on the centre-line (cutting line) when you move to point 2. Strive to get the Jo in contact with the Tsuka of the Bokken as soon as possible. At point 3, take care that your right hand is closer to your head than the left. Use your hips (and not your arms), by imparting a lateral swing, to raise Uchidachi's arms. Beware to move your feet back to the correct distance, parallel to Uchidachi's, so that the end of the Jo controls his Suigetsu (5 and 6). At point 6, your knees are bent and your wrists are bent back.

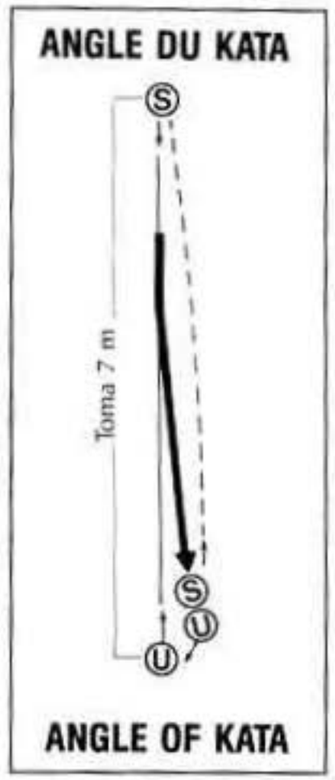
oshi zume

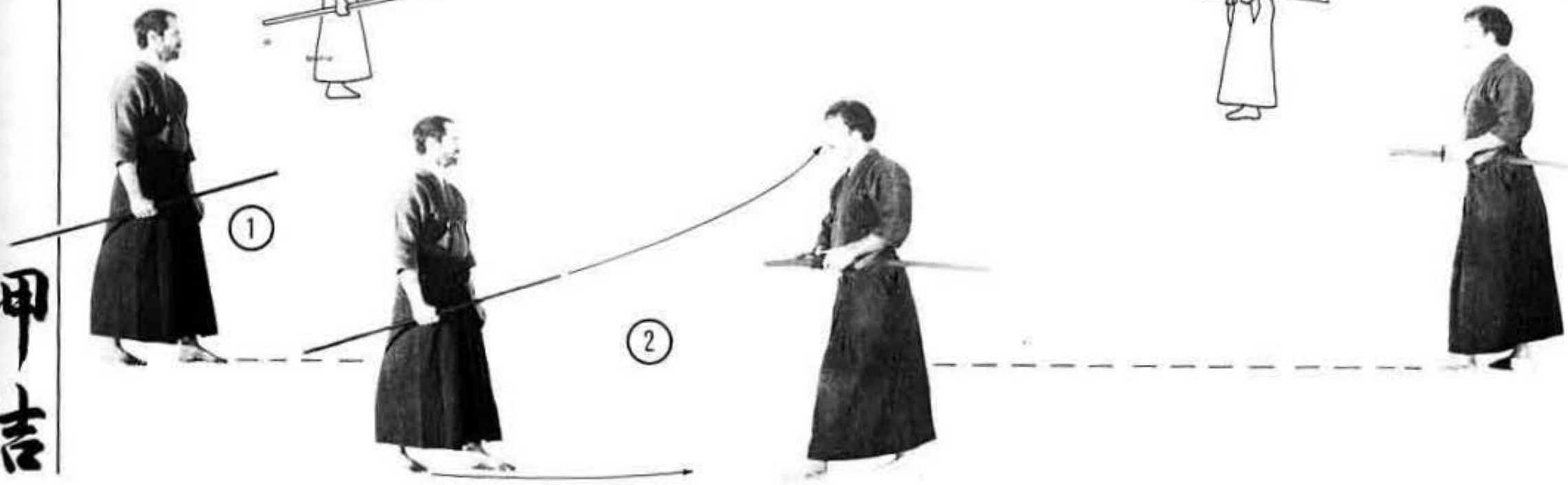


OSHI ZUME : pousser (au pied du mur). Ce deuxième Kata de la série Chûdan comprend quelques nouvelles techniques ainsi qu'une répétition bienvenue (vu la difficulté du mouvement) du Kuri tsuke de Ichi riki. Le premier contact de Oshi zume ne manque pas d'intérêt. On le retrouve plusieurs fois dans d'autres séries. Ce contrôle initial doit être fait très lentement mais avec un Zanshin intense. Au point 13, la poussée de Shidachi est pleine d'enseignements techniques. Ce mouvement peut être très puissant et représente un des tests les plus convaincants de la solidité du Jo.

OSHI ZUME : to drive (against the wall). This second Kata of the Chûdan series comprises a number of new techniques and a welcome repetition — because of the movement's difficulty — of the Kuri tsuke of Ichi riki. The first contact of Oshi zume is quite interesting and appears on several other occasions in future series. It must be carried out very slowly, but with an intense Zanshin. At point 13, Shidachi's push is full of technical lessons. This movement can be very powerful and constitutes one of the most convincing tests of the solidity of the Jo.







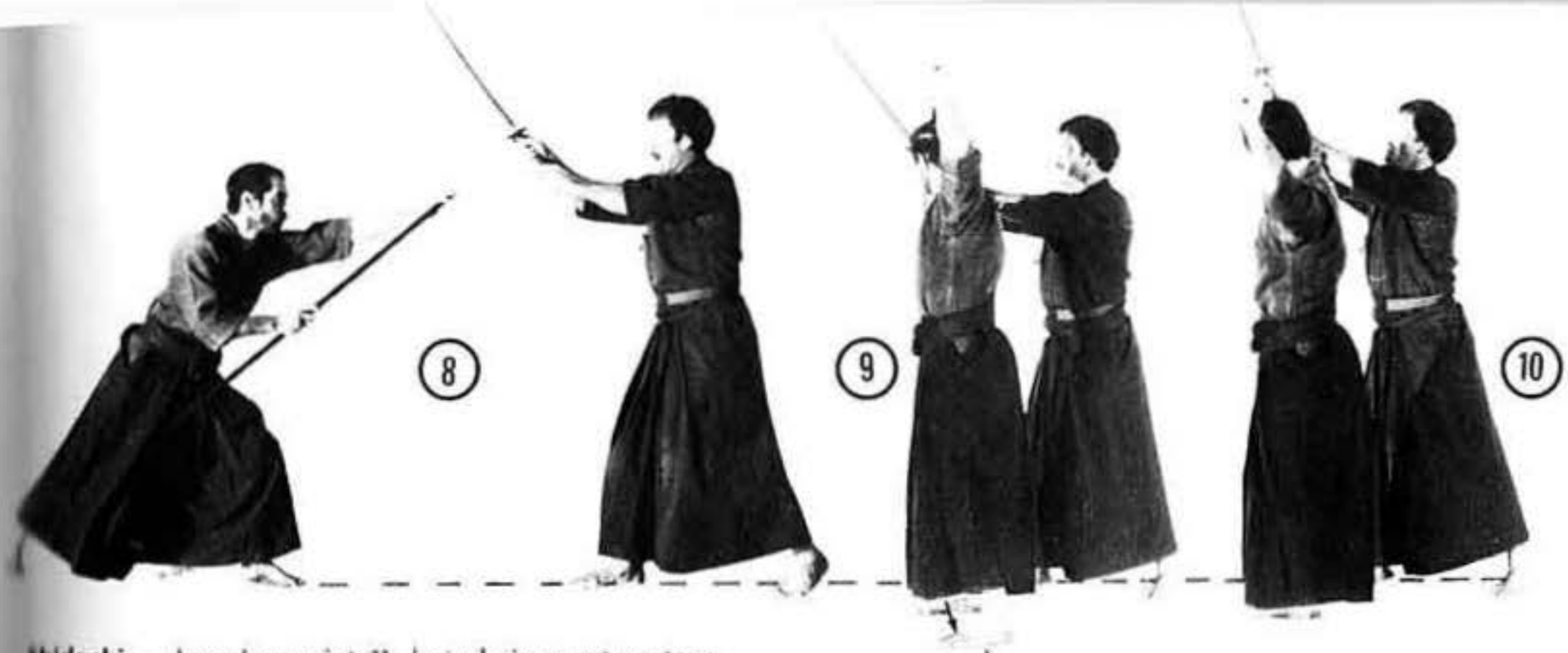
押詰

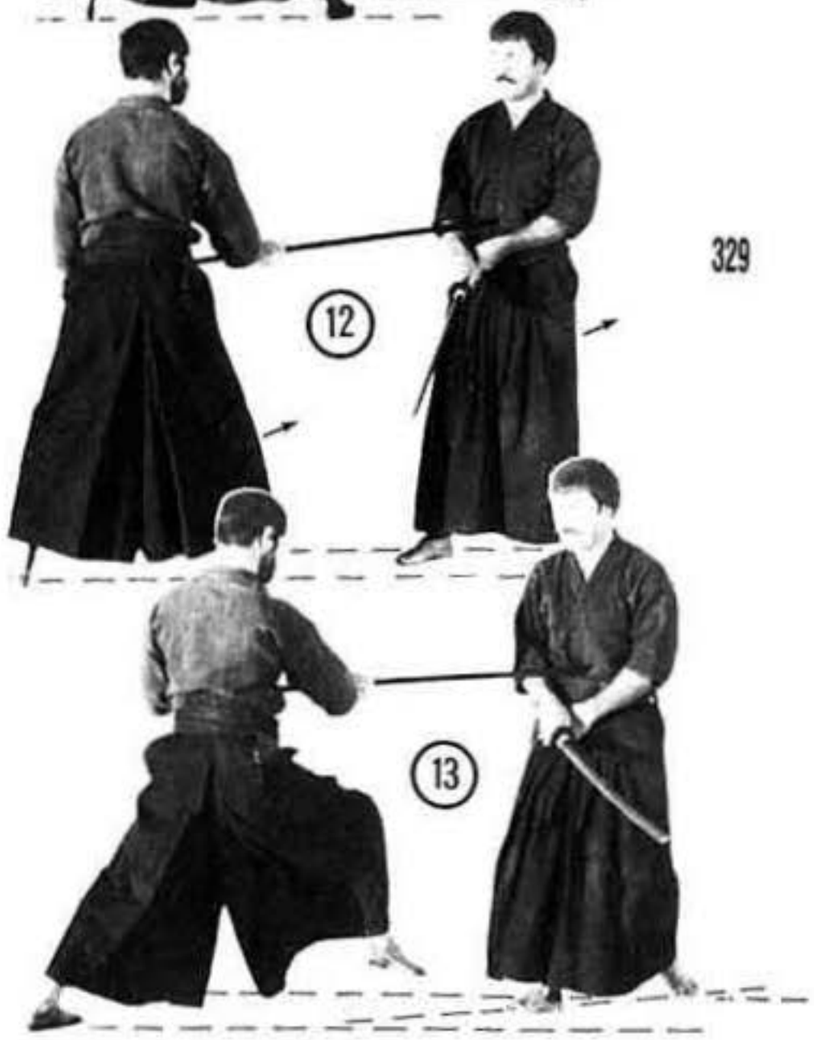
Shidachi — Laissez à Uchidachi 2 ou 3 pas d'avance, puis, au moment où il pose sa main sur le Tsuka, allongez votre pas du pied droit et, en position Hanmi, placez l'extrémité du Jo près de son œil droit (3), le forçant vers l'arrière et l'obligeant à découvrir son foie. Placez-y l'autre extrémité du Jo (4) et, après avoir tourné les hanches, contrôlez (5). Les points de 1 à 5 doivent être exécutés lentement. Désengagez simultanément à Uchidachi (sans le pousser, comme on déchire un tissu) (7) et placez-vous en position Hanmi.

Uchidachi — Avancez jusqu'à l'endroit où vous pourriez dégainer et couper d'un seul mouvement et mettez la main sur le Tsuka (2). Vous êtes stoppé net par le contrôle de Shidachi (3). Ce mouvement vous force à découvrir votre foie. Subissez ce contrôle dont vous allez vous dégager en dégainant par-dessus le Jo et en effectuant un grand pas vers l'arrière (6 et 7), le sabre haut et menaçant.

Shidachi — Give Uchidachi 2 to 3 steps' lead, then, when he lays his hand on the Tsuka, increase your step with the right foot, getting in a Hanmi position, and place the end of the Jo near his right eye (3), forcing him back and making him expose the liver. Then place the other end of the Jo there (4) and control him after turning the hips. Withdraw at the same time as Uchidachi (without pushing him, as if tearing a piece of cloth) (7) and take a Hanmi position.

Uchidachi — Move forward to the point where you could draw and cut in a single movement. Then lay your hand on the Tsuka (2). You are stopped by Shidachi's control (3). This movement forces you to expose the liver. Submit to the control, then withdraw by drawing your weapon over the Jo, taking a big step back (6 and 7), the sword held high and threatening.





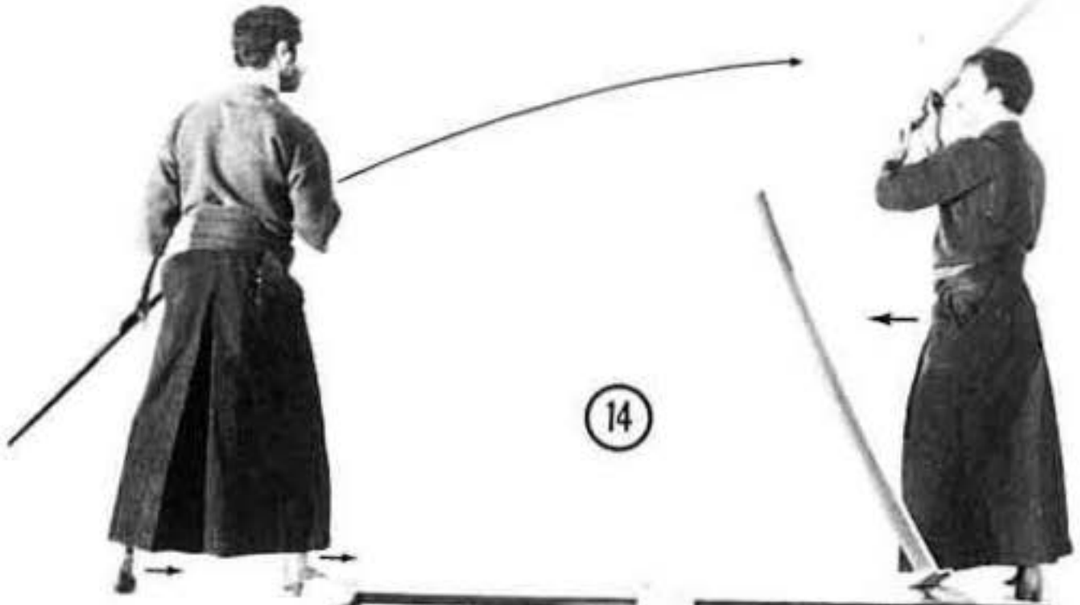
Shidachi — Jusqu'au point 11, la technique est en tous points semblable à celle de Ichi riki (du point 8 à 14 de ce Kata). Au point 12, lorsque Uchidachi fait mine de se tourner vers vous, poussez-le dans un angle de 45 degrés sur votre avant droite, utilisant pour cela la puissance de vos hanches (13). Dans ce mouvement, l'extrémité avant du Jo est plus haute que celle qui se trouve dans votre main gauche. Reculez en position Hanmi (14) et, toujours dans cette position, supprimez l'attaque de Uchidachi en projetant le Jo sur la ligne centrale, droit dans ses yeux (15 et 16). Effectuez ensuite Tai atari en deux temps : pied droit d'abord (17) pour soulever le Bokken, puis pied gauche ensuite pour l'Atemi (18). Revenez tout de suite en arrière, en position Hanmi (19) pour le Hiki otoshi uchi qui termine le Kata (19 à 22).

Uchidachi — Coupez dans un angle Shômen et subissez le Kuri tsuke comme dans Ichi riki (8 à 11). Au point 12, tournez-vous légèrement vers Shidachi. Vous serez aussitôt poussé énergiquement vers l'arrière (13). Reprenez votre équilibre en même temps que Hasso no kamae (14). Coupez à nouveau Shômen (15 et 16), subissez Tai atari (17 et 18), et reprenez Hasso no kamae à la distance requise pour la menace de Hiki otoshi uchi (19 à 22).

Shidachi — Up to point 11, the technique is in all points identical to Ichi riki (points 8 to 14 of that Kata). At point 12, when Uchidachi starts turning towards you, push him back to your right, at an angle of about 45 degrees, using the power of your hips (13). In this movement, the forward end of the Jo is higher than the one in your left hand. Move back in a Hanmi position (14) and, still in this position, suppress Uchidachi's attack by propelling the Jo along the centre-line straight into his Uto point (15 and 16). Then execute Tai atari in two movements : first the right foot, to raise the Bokken, then the left for the Atemi (18). Immediately step back in the Hanmi position (19) for the Hiki otoshi uchi, which ends the Kata (19 to 22).

Uchidachi — Cut through a Shômen angle and submit to the Kuri tsuke as in Ichi riki (8 to 11). At point 12, turn slightly towards Shidachi. You will be immediately pushed back (13). Regain your balance while taking Hasso no kamae (14). Cut through Shômen again (15 and 16) and submit to Tai atari (17 and 18). Assume Hasso no kamae againt at a correct distance for the Hiki otoshi uchi threat (19 to 22).

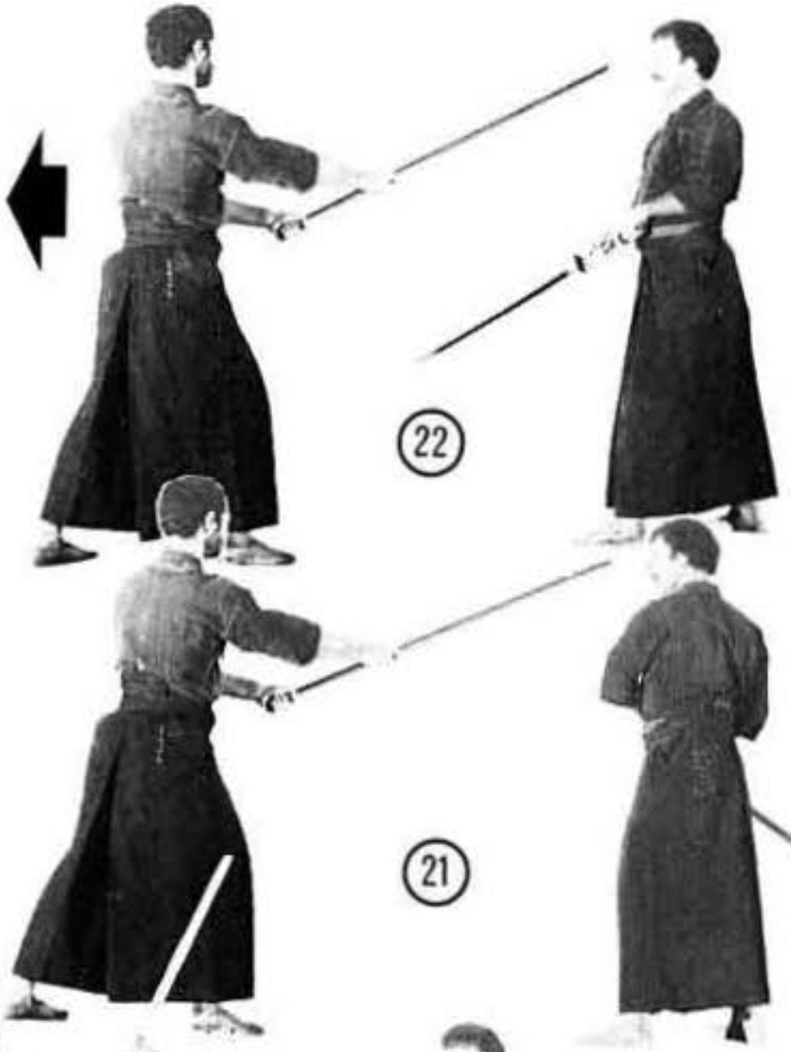
(Oshi zume, suite / continued)



NOTE: Si Shidachi projette le Jo le long de la ligne centrale, il y a de fortes chances qu'il arrive précisément sur les doigts de Uchidachi, causant ainsi une blessure qui peut être grave. Suivez, par conséquent, un petit arc de cercle vers la droite afin d'éviter ce contact trop précoce et dangereux.

NOTE: If Shidachi propels the Jo along the centre-line, the chances are that it will squarely strike Uchidachi's fingers, causing an injury that could be serious. Therefore, direct the end of the Jo through a slight curve on your right in order to avoid that painful contact.

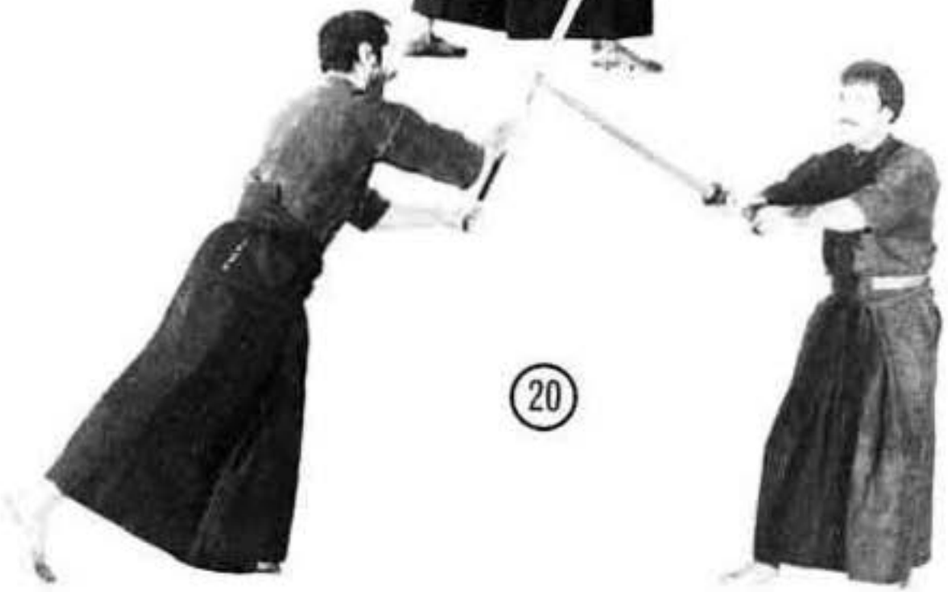
18



22

21

19

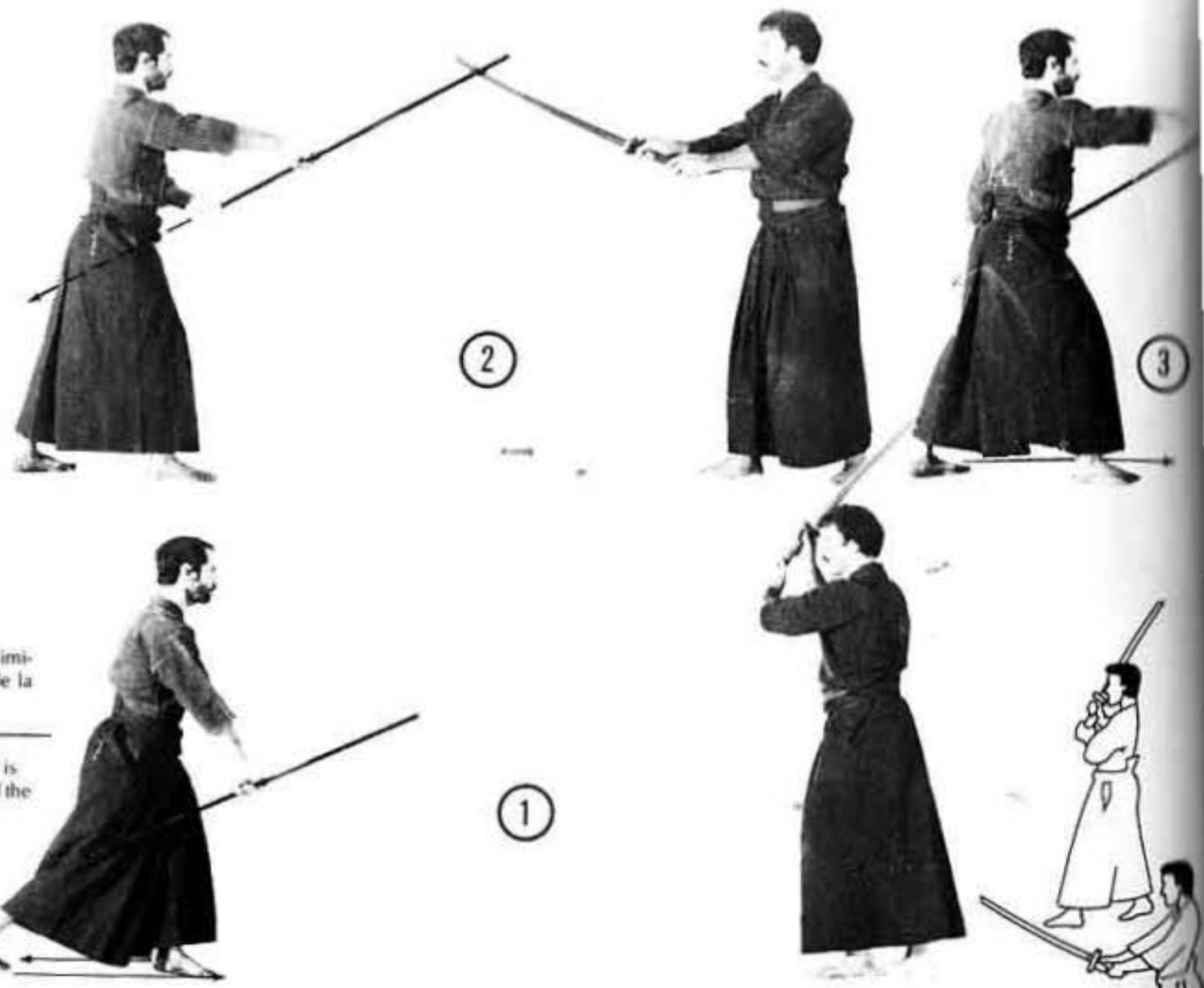


20

midare dome

MIDARE DOME : contrôle d'une turbulence. Ce Kata permet au Gyôsha de ressentir, pour la première fois, le véritable rythme de Chûdan. Alors que les deux premiers Kata tempéraient quelque peu son ardeur par les difficultés du Kuri tsuke, Midare dome ne comporte que des techniques identiques ou similaires aux mouvements déjà travaillés. Totalement linéaire, Midare dome met en exergue l'extrême puissance du Jo.

MIDARE DOME : turbulence control. This Kata allows the Gyôsha to feel the actual rhythm of Chûdan for the first time. While the first two Kata tempered his enthusiasm somewhat by the difficulties of the Kuri tsuke, Midare dome comprises only techniques identical or similar to these already studied. Midare dome is totally linear and underlines the extreme power of the Jo.

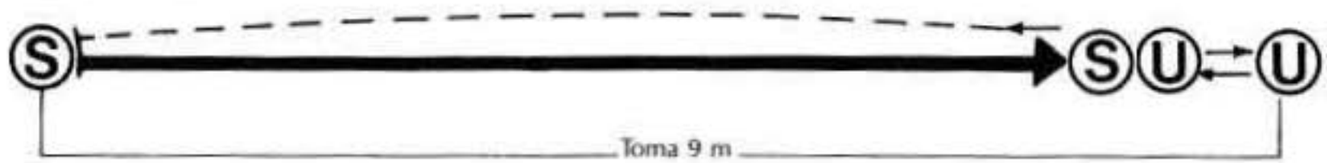


La prise de ce Kamae est similaire à celle de Hissage de la série Omote.

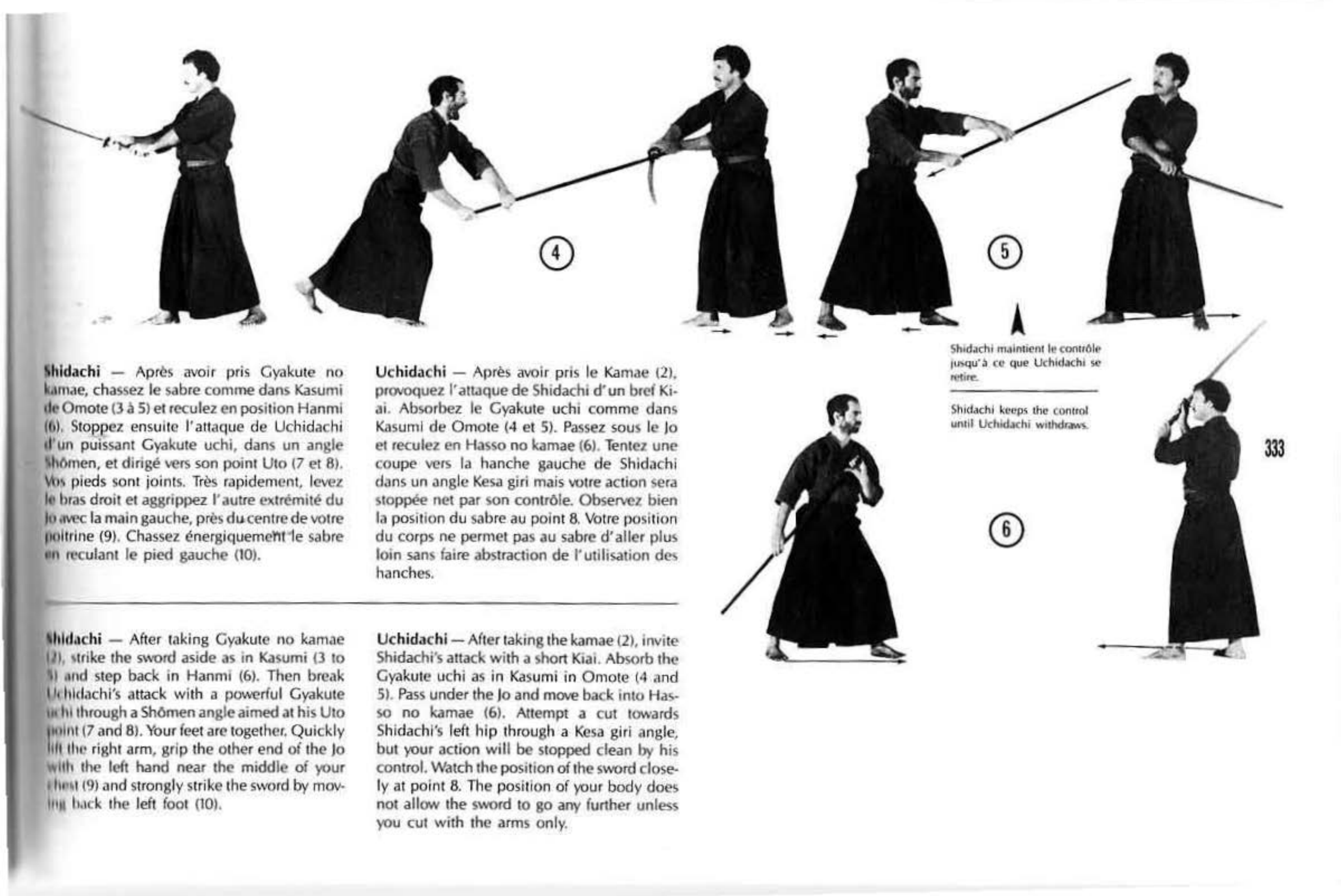
The taking of this Kamae is similar to that of Hissage of the Omote series

乱笛

ANGLE DU KATA



ANGLE OF KATA



Shidachi maintient le contrôle jusqu'à ce que Uchidachi se retire.

Shidachi keeps the control until Uchidachi withdraws.

Shidachi — Après avoir pris Gyakute no kamae, chassez le sabre comme dans Kasumi de Omote (3 à 5) et reculez en position Hanmi (6). Stoppez ensuite l'attaque de Uchidachi d'un puissant Gyakute uchi, dans un angle Shômen, et dirigé vers son point Uto (7 et 8). Vos pieds sont joints. Très rapidement, levez le bras droit et aggrippez l'autre extrémité du Jo avec la main gauche, près du centre de votre poitrine (9). Chassez énergiquement le sabre en reculant le pied gauche (10).

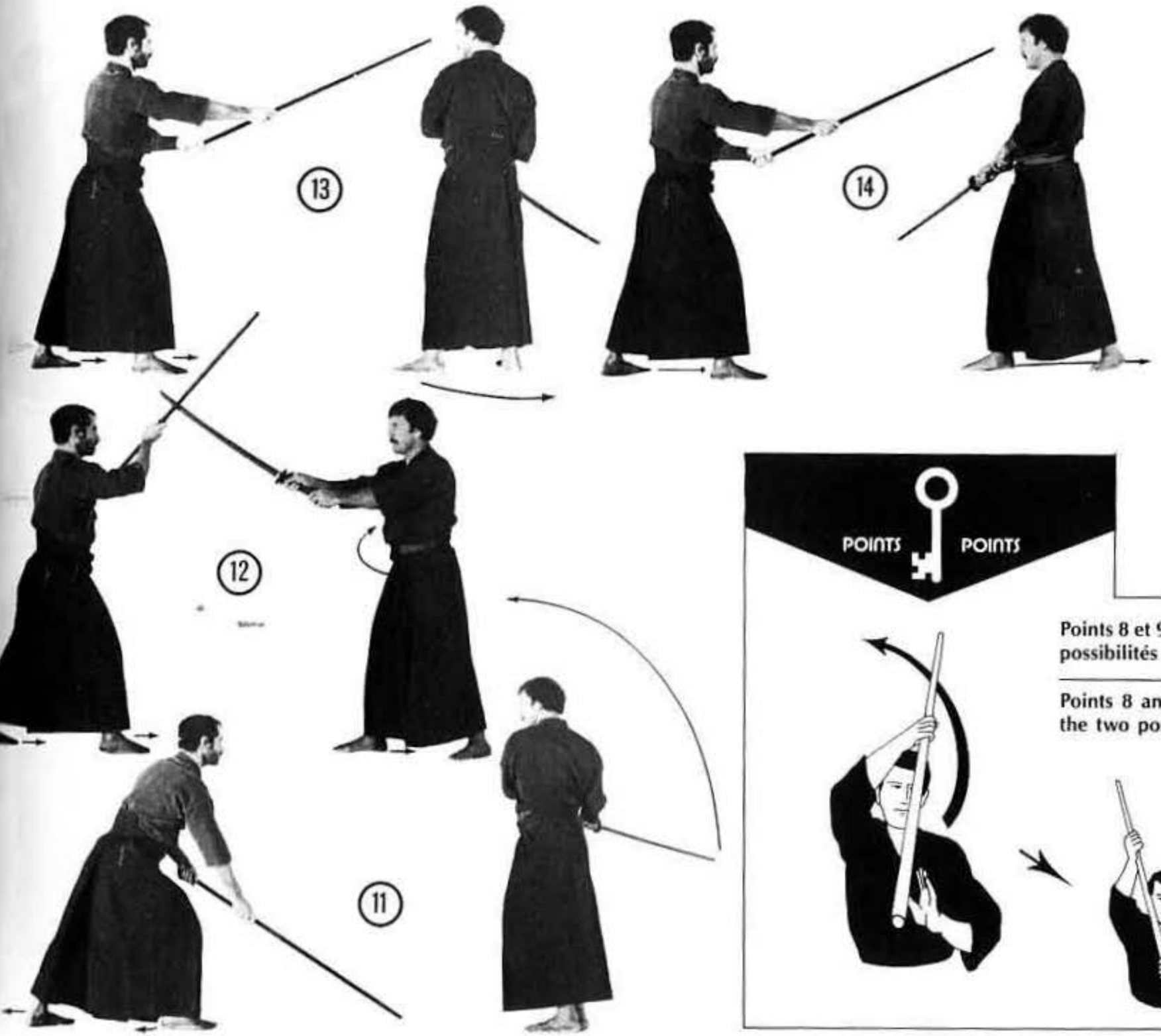
Uchidachi — Après avoir pris le Kamae (2), provoquez l'attaque de Shidachi d'un bref Kiai. Absorbez le Gyakute uchi comme dans Kasumi de Omote (4 et 5). Passez sous le Jo et reculez en Hasso no kamae (6). Tentez une coupe vers la hanche gauche de Shidachi dans un angle Kesa giri mais votre action sera stoppée net par son contrôle. Observez bien la position du sabre au point 8. Votre position du corps ne permet pas au sabre d'aller plus loin sans faire abstraction de l'utilisation des hanches.

Shidachi — After taking Gyakute no kamae (2), strike the sword aside as in Kasumi (3 to 5) and step back in Hanmi (6). Then break Uchidachi's attack with a powerful Gyakute uchi through a Shômen angle aimed at his Uto point (7 and 8). Your feet are together. Quickly lift the right arm, grip the other end of the Jo with the left hand near the middle of your chest (9) and strongly strike the sword by moving back the left foot (10).

Uchidachi — After taking the kamae (2), invite Shidachi's attack with a short Kiai. Absorb the Gyakute uchi as in Kasumi in Omote (4 and 5). Pass under the Jo and move back into Hasso no kamae (6). Attempt a cut towards Shidachi's left hip through a Kesa giri angle, but your action will be stopped clean by his control. Watch the position of the sword closely at point 8. The position of your body does not allow the sword to go any further unless you cut with the arms only.

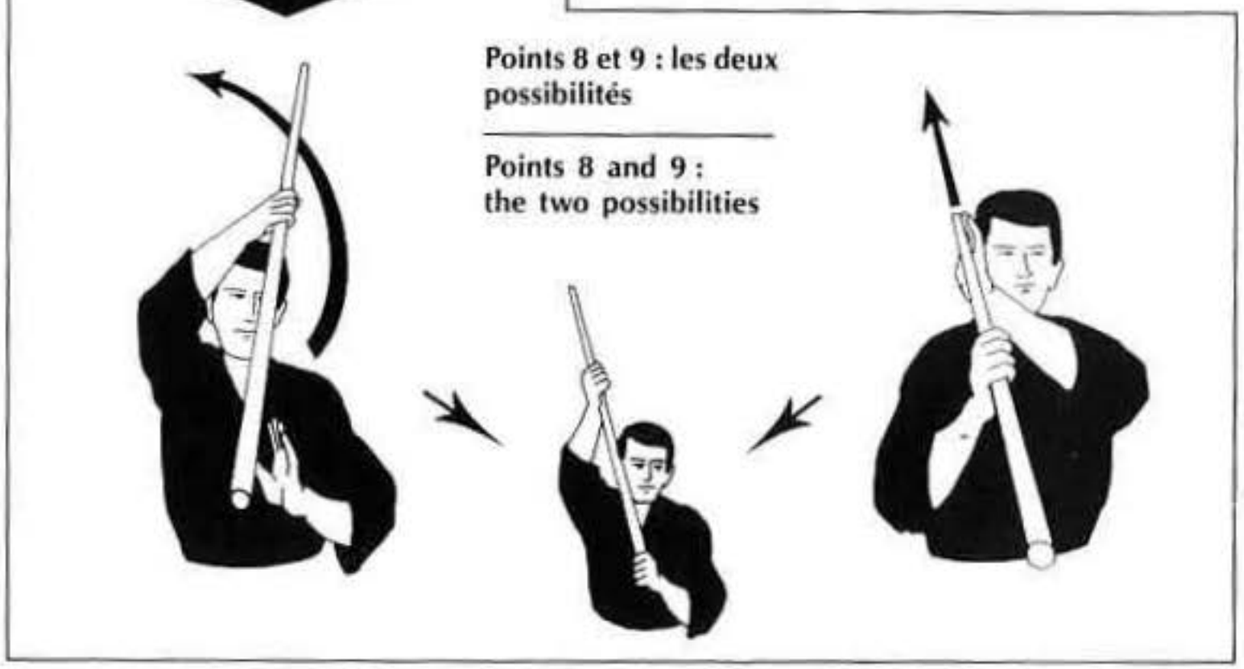
Shidachi — Le mouvement des points 7 à 10 est nouveau et doit ê effectué avec une très grande rapidité. Il y a deux façons de renver la position du Jo au point 9 : par la gauche de votre visage ou par droite. Dans ce deuxième cas (à droite dans le schéma de la page s vante) veiller à accompagner le Jo de votre main gauche jusqu'au nive de votre oreille droite pour éviter de vous blesser l'œil droit. Au poi 11, attendez le dernier moment pour reculer en absorbant la coupe (1 et faites un puissant Maki otoshi suivi d'un grand Tsugi ashi (13 et 1

Shidachi — The movement from point 7 to 10 is new and must be carri out very quickly. There are two ways of reversing the Jo at point 9 : the left of your face or to the right. In this second case (shown on th right in the drawing on the next page), take care to escort the Jo wi your left hand up to your right ear to avoid injuring your right eye. point 11, wait until the last moment to move back, absorbing the cut (12 and make a powerful Maki otoshi, followed by a large Tsugi ashi (13 an 14).



Uchidachi — Aborbez le mouvement du Jo avec les hanches et en reculant le pied droit jusqu'au niveau du gauche (11). Recoupez aussitôt dans un angle Shômen le point Tentô de Shidachi (12). Absorbez le Maki otoshi comme indiqué au point 13, et reculez en Ayumi ashi pour éviter le Jo lors du second Tsugi ashi de Shidachi, lui faisant à nouveau face, le Bokken en Gedan no kamae (14).

Uchidachi — Absorb the movement of the Jo with the hips, bringing the right foot back to the level of the left (11) and immediately cut Shidachi's Tentô point through a Shômen angle (12). Absorb the Maki otoshi as shown at point 13 and retreat in Ayumi ashi to avoid the Jo during Shidachi's second Tsugi ashi, facing him again, with the Bokken in Gedan no kamae (14)



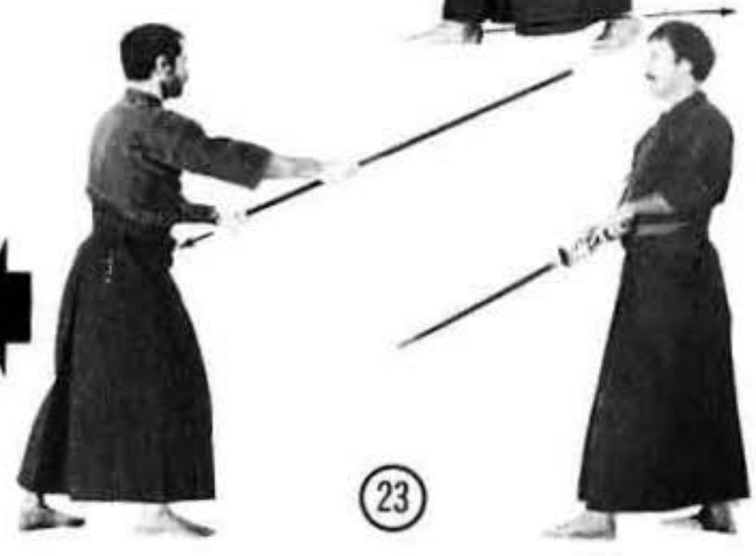
(Midare dome, suite / continued)

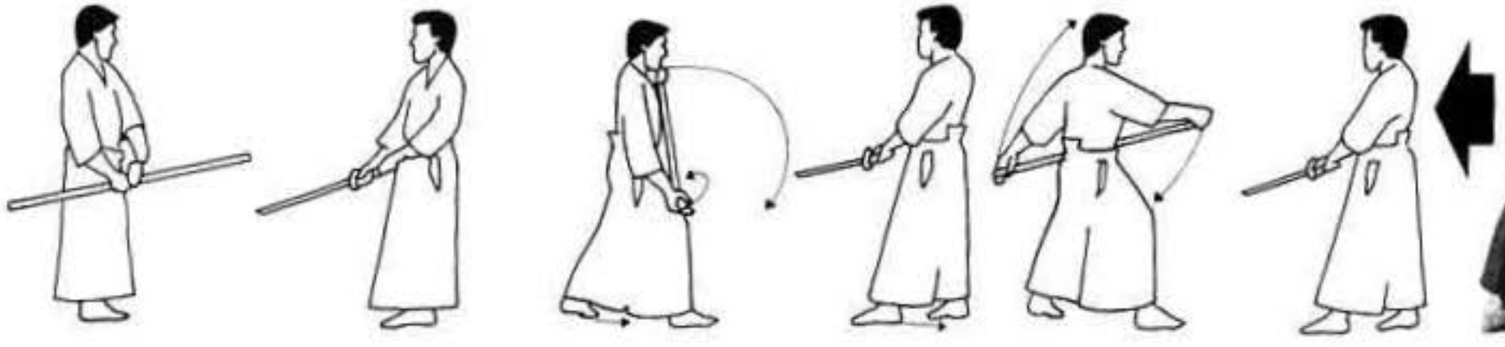
Shidachi — Pendant que Uchidachi prend son Hasso no kamae (et pas plus tôt ou plus tard) (15), joignez les pieds vers l'avant, le Jo en travers de vous (voir dessin, point 15), environ 10 cm entre les mains. Supprimez l'attaque de Uchidachi en vous lançant sur lui, l'extrémité du Jo vers son point Uto (16 et 17). Effectuez Tai atari comme pour Oshi zume (18 et 19), et reculez pour terminer le Kata d'un Hiki otoshi uchi puissant et dynamique (21 à 23).

Uchidachi — Faites un pas en arrière pour prendre Hasso no kamae (15) et attaquez le point Tentô de Shidachi dans un angle Shômen (16 et 17). Contrôlez votre attaque à temps pour éviter le contact du Jo avec votre point Uto. Absorbez ensuite le Tai atari comme pour Oshi zume (18 et 19), et coupez une dernière fois devant vous pour provoquer le Hiki otoshi uchi, qui termine le Kata (21 à 23).

Shidachi — While Uchidachi takes his Hasso no kamae (15) — and neither after nor before — bring the feet together forward, holding the Jo across you (see drawing at point 15), with about 10 cm between the hands. Suppress Uchidachi's attack by flinging yourself at him, the end of the Jo to his Uto point (16 and 17). Carry out Tai atari as in Oshi zume (18 and 19) and move back to end the Kata with a powerful and dynamic Hiki otoshi uchi (21 to 23).

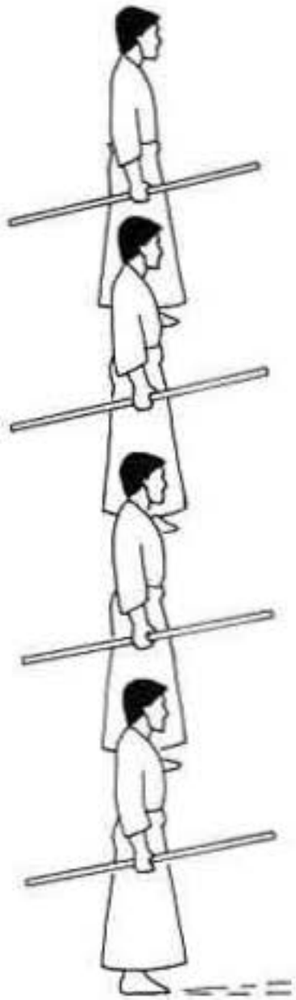
Uchidachi — Step back and take Hasso no kamae (15). Attack Shidachi's Tentô point through a Shômen angle (16 and 17). Control your attack in time to avoid contact of the Jo with your Uto point. Next absorb the Tai atari as for Oshi zume (18 and 19), and make a threatening cut to provoke the Hiki otoshi uchi, that ends the Kata (21 to 23).





ushiro zue (zen)

後杖前



USHIRO ZUE (ZEN) : le bâton arrière. Zen (avant) par opposition à Go (après) a ici le sens de «première variante» opposé à «seconde variante». La situation inattendue que propose ce Kata permet à Shidachi et à Uchidachi d'expérimenter des techniques très particulières. Alors que Shidachi peut tester son sixième sens (Kan-ken, voir notions) sur une attaque arrière qu'il ne voit pas venir mais doit «ressentir», Uchidachi a l'occasion de combiner une poussée et un dégainement en un seul mouvement. Il est primordial que ce dégainement suive les lois de la logique. Uchidachi ne doit pas perdre de vue que son Bokken symbolise un Katana (sabre véritable). Entraînez-vous régulièrement à effectuer ce Kata avec un Iaitô (sabre d'entraînement) comme indiqué à la page 342.

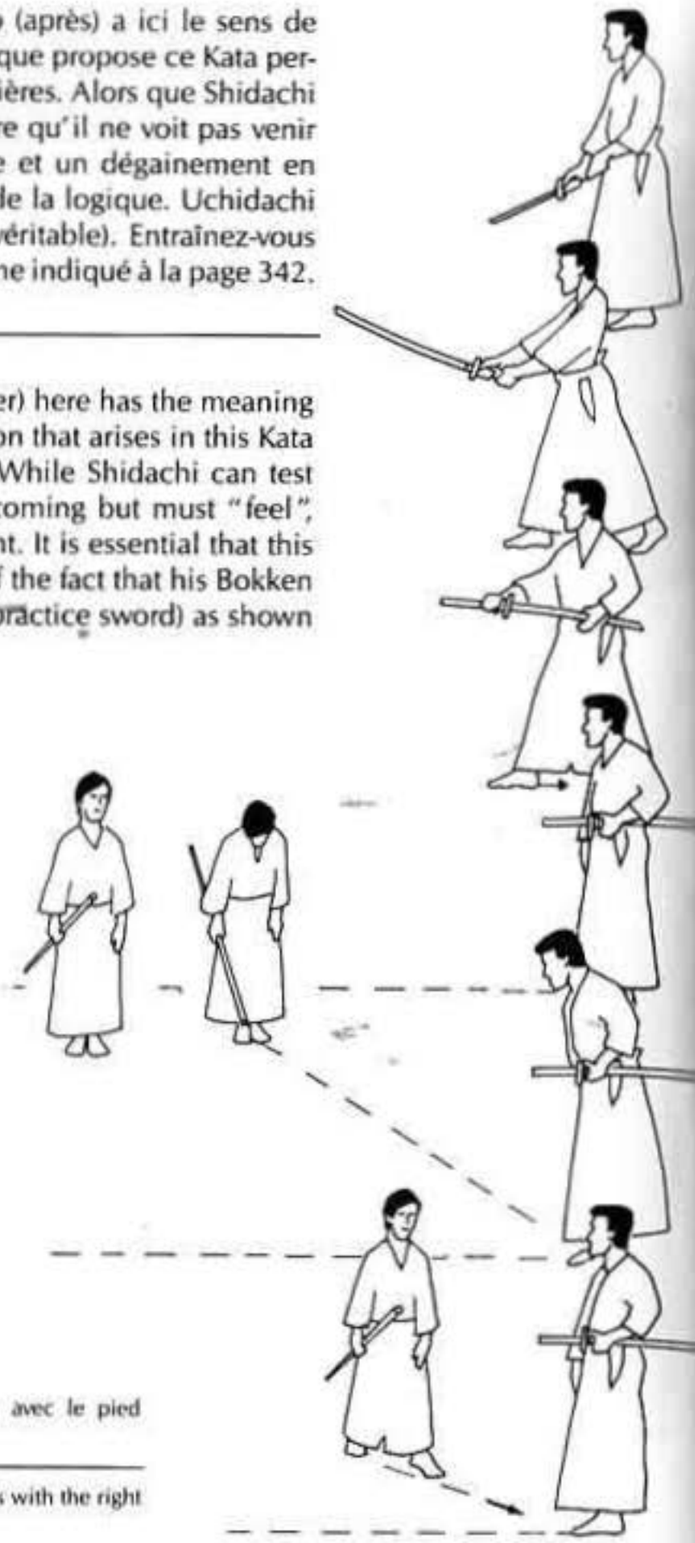
USHIRO ZUE (ZEN) : the rear stick. Zen (before) in opposition to Go (after) here has the meaning of "first variation" opposed to "second variation". The unexpected situation that arises in this Kata allows Shidachi and Uchidachi to experience very peculiar techniques. While Shidachi can test his sixth sense (Kan-ken, see concepts) on a rear attack he cannot see coming but must "feel", Uchidachi can combine a push with drawing his Bokken in one movement. It is essential that this action of drawing follow the laws of logic. Uchidachi must not lose sight of the fact that his Bokken represents a Katana (real sword). Practise this Kata regularly with an Iaitô (practice sword) as shown on page 342.

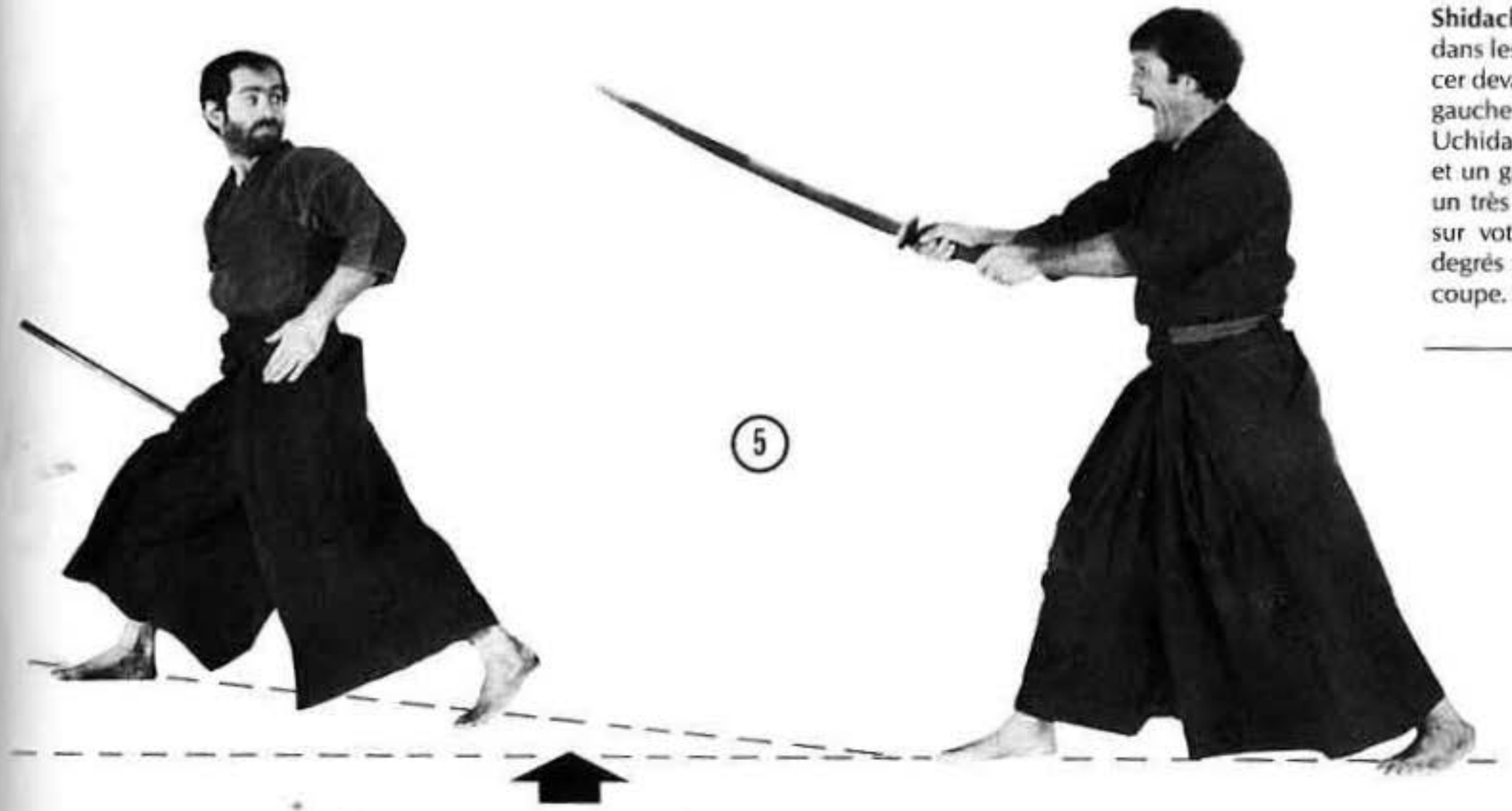
Shidachi part avec le pied gauche.

Shidachi starts with the left foot.

Uchidachi part avec le pied droit.

Uchidachi starts with the right foot.



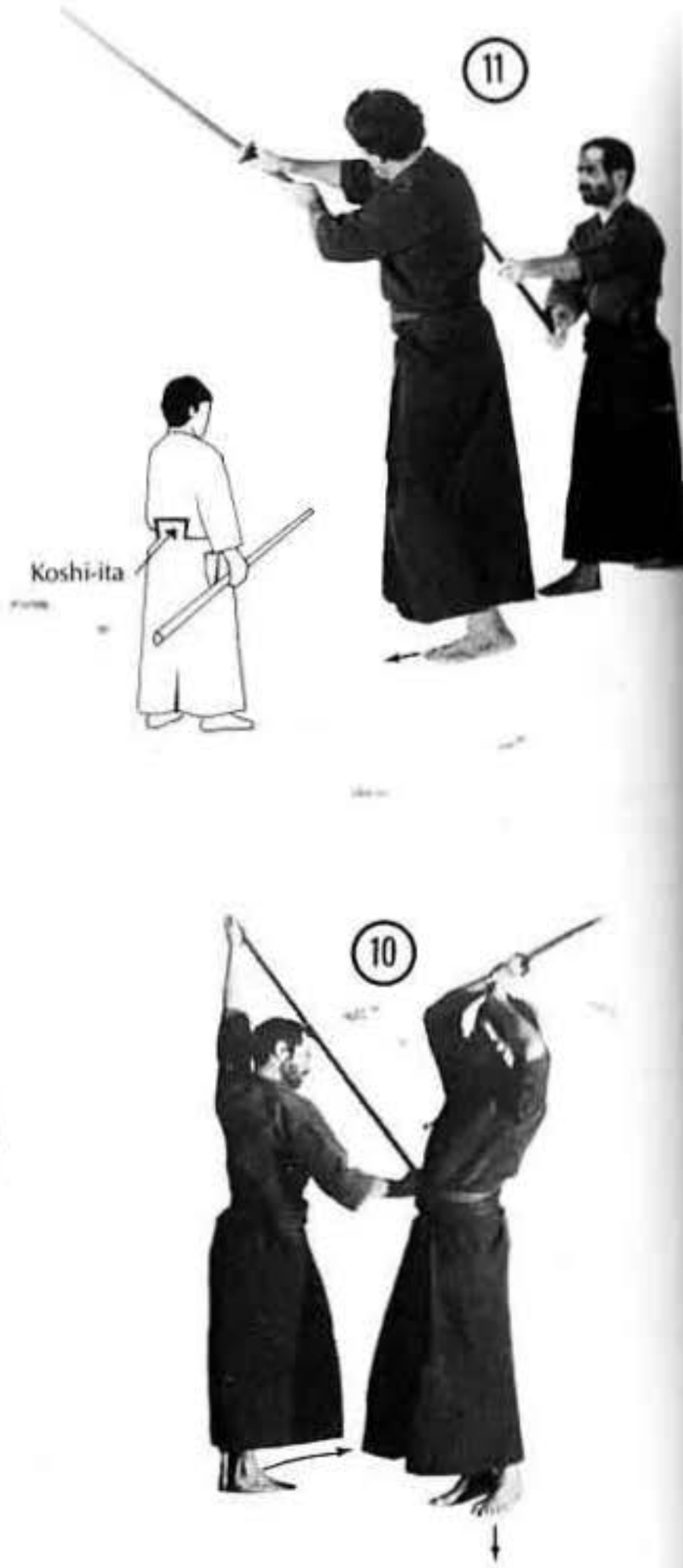


Shidachi — Après vous être déplacé comme indiqué dans les dessins de la page précédente, venez vous placer devant Uchidachi (1). Effectuez un petit pas du pied gauche aussitôt que vous ressentez une poussée de Uchidachi (2), puis un pas plus grand du pied droit (3), et un grand pas du pied gauche à nouveau (4). Après un très léger Kime, faites un grand pas du pied droit sur votre droite avant, dans un angle d'environ 15 degrés par rapport à la ligne centrale, afin d'éviter la coupe. Dans ce mouvement, tournez votre tête (5).

Shidachi — After moving as shown in the diagrams on the preceding page, place yourself in front of Uchidachi (1). Make a little step with the left foot as soon as you feel Uchidachi's push (2), then a step — bigger — with the right (3) and again a big step with the left (4). After a very short Kime, take a big step forward to your right with your right foot, at an angle of about 15 degrees from the centre-line, to avoid the cut. In this movement, turn the head (5).

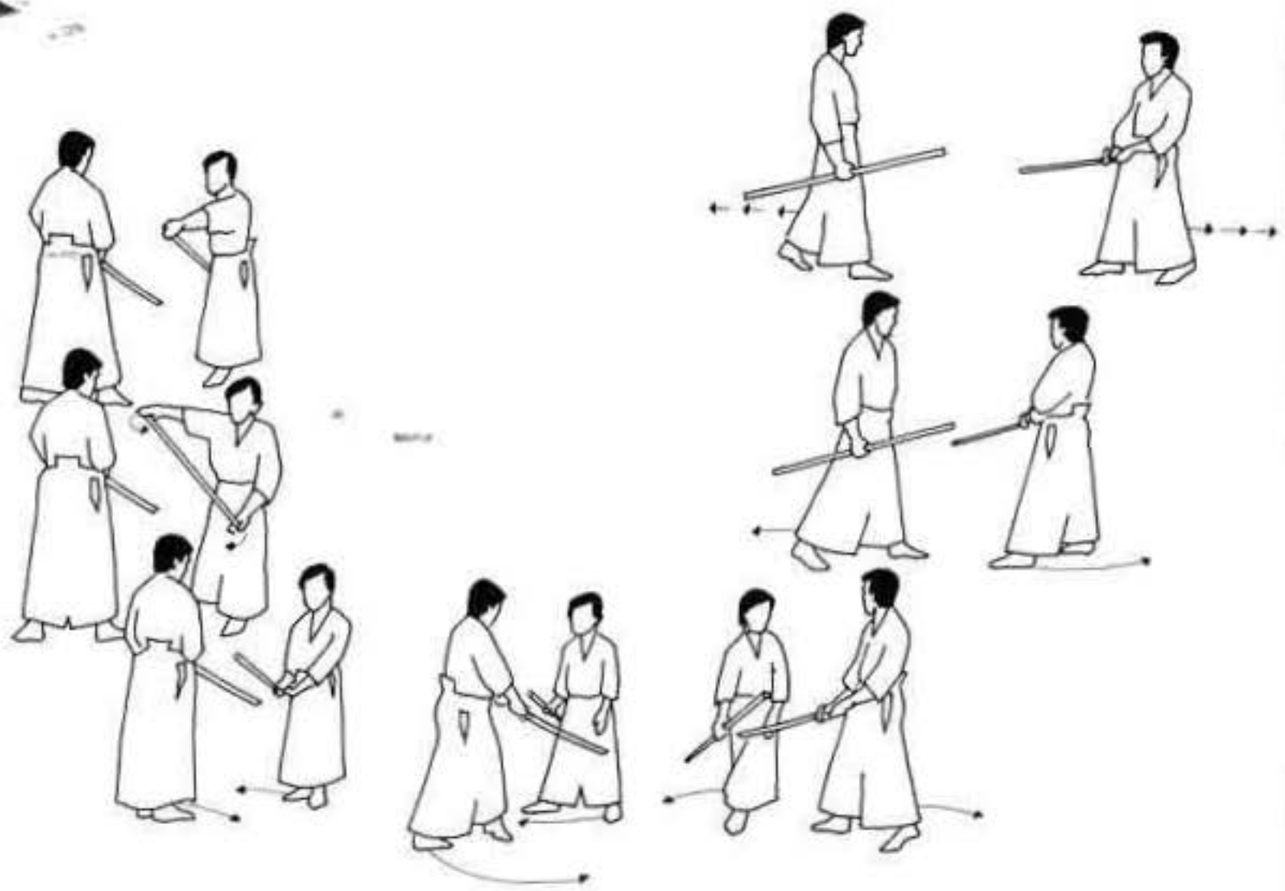
Uchidachi — Une fois que Shidachi se tient devant vous, placez votre Tsuka au centre et à la base du Koshi-ita (voir dessin) (1). Effectuez ensuite une légère poussée en avançant le pied droit (2). Augmentez fortement cette poussée, de la main gauche, en avançant le pied gauche et la main gauche, dégageant le Saya (fourreau) presqu'entièrement (3). Placez votre main droite sur le Tsuka et repoussez symboliquement le Saya vers l'arrière avec la main gauche, et coupez dans un angle Shômen avec le pied droit (4 et 5).

Uchidachi — When Shidachi is standing before you, place your Tsuka in the centre and at the base of the Koshi-ita (see drawing) (1). Then give a little push by moving the right foot forward (2). Increase this push (using the left hand) substantially by moving the left foot and left hand forward, pulling the Saya (scabbard) out almost completely and placing your right hand on the Tsuka (3). Symbolically, push the Saya back with the left hand and cut with the right foot through a Shômen angle (4 and 5).



Shidachi — Sans regarder le Jo, allez chercher l'extrémité de votre arme avec la main gauche et effectuez un grand Gyakute uchi, dans un angle Shômen, sur le poignet de Uchidachi (6 à 8). Puis, en avançant le pied droit, contrôlez son point Inazuma alors qu'il prend Jôdan no kamae (9). Les points 10 à 12 sont identiques à Kasa no shita de la série Omote.

Shidachi — Without looking at the Jo, grab the end of your weapon with the left hand and carry out a large Gyakute uchi through a Shômen angle on Uchidachi's wrist (6 to 8). Then, by moving the right foot forward, control his Inazuma point as he is taking Jôdan no kamae (9). Points 10 to 12 are identical to Kasa no shita of the Omote series.



Uchidachi (suite)

Restez dans cette position pour subir le Gyakute uchi de Shidachi (6 à 8). Attention à l'extrémité du Jo qui passe très près de votre visage. Tentez ensuite de prendre Jôdan no kamae en reculant votre pied droit contre le gauche (9). Coupez ensuite, dans un angle Kesa giri, le cou de Shidachi, en déplaçant votre pied gauche et votre corps latéralement sur votre gauche comme dans Kasa no shita de Omote (10 et 11). Réalignez-vous sur l'angle du Jo en position Hodoku (12).

Uchidachi (continued)

Remain in this position to receive Shidachi's Gyakute uchi (6 to 8). Watch the end of the Jo, which passes very close to your face. Then attempt to assume Jôdan no kamae by moving your right foot back against the left (9). Then cut Shidachi's neck through a Kesa giri angle, moving your left foot and your body sideways to your left, as in Kasa no shita of the Omote series (10 and 11). Realign on the angle of the Jo in the Hodoku position.

CONCERNANT USHIRO ZUE (ZEN/GO)

Il est bon pour Uchidachi d'utiliser, de temps à autres, un Iaitô ou un Katana afin de conserver une certaine logique à ce dégainement qui est similaire pour les deux variantes. Le rôle de Shidachi, par contre, consiste à fuir la première attaque dans Ushiro zue (Zen) (4 et 5), et à l'anihiler dans Ushiro zue (Go) (4 et 5) *.

ABOUT USHIRO ZUE (ZEN/GO)

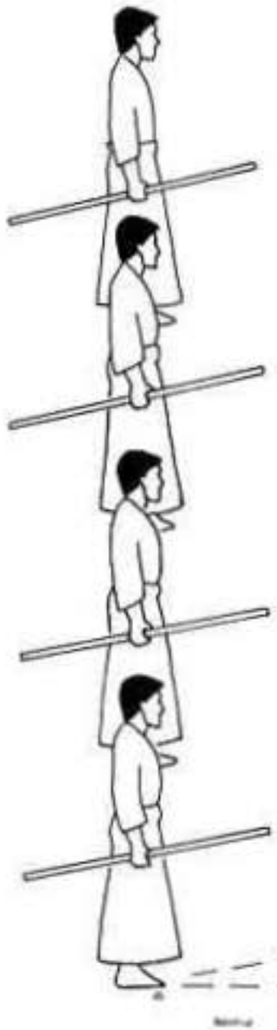
It is a good idea for Uchidachi to use an Iaitô or a Katana from time to time in order to keep a certain logic to this unsheathing, identical in both variations. However, Shidachi's role is to flee from the first attack in Ushiro zue (Zen) (4 and 5) and to annihilate it in Ushiro zue (Go) (4 and 5) *.

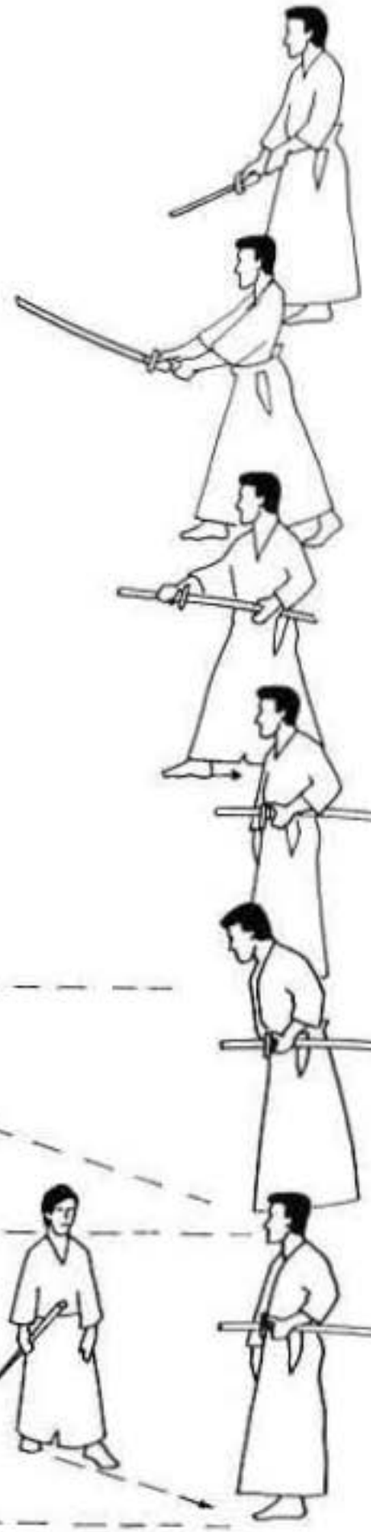
* Ushiro zue (Zen) illustre le principe de *Go no sen* (éviter une attaque et contre-attaquer ensuite), alors que Ushiro zue (Go) illustre le principe *Sen no sen* (suppression de l'attaque avant qu'elle ait pu être complétée).

* Ushiro zue (Zen) illustrates the principle of *Go no sen* (to evade an attack and then to counter-attack), while Ushiro zue (Go) illustrates the principle of *Sen no sen* (to suppress an attack before it is completed).

USHIRO ZUE (GO) : bâton arrière (deuxième variante). Très différent de la première variante, Ushiro zue (Go) préconise une attitude beaucoup plus offensive sur cette coupe qui vient de l'arrière. Supprimant l'attaque de Uchidachi, Shidachi déséquilibre ce dernier pour le leurrer ensuite dans une coupe dont il saura tirer grand avantage. Ushiro zue (Go) met Uchidachi à forte contribution. Ce dernier doit en effet faire preuve de très bons réflexes pour contenir les attaques de Shidachi.

USHIRO ZUE (GO) : the rear stick (second variation). Quite different from the first variation, Ushiro zue (Go) demands a much more offensive attitude on this cut which comes from the rear. Suppressing Uchidachi's attack, Shidachi throws him off balance and then lures him towards a cut to his great advantage. Ushiro zue (Go) demands a great deal from Uchidachi. Indeed, he must have good reflexes to contain Shidachi's attacks.





後杖後

Même départ que Ushiro zue (Zen).

Same beginning as Ushiro zue (Zen).

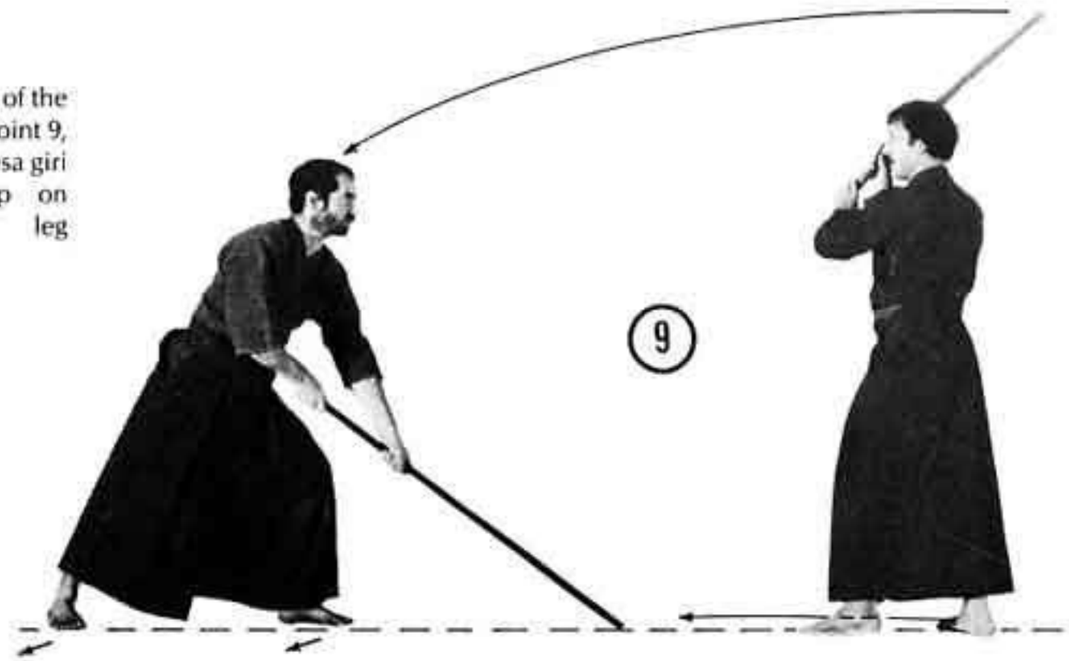
(Ushiro zue — Go, suite / continued)

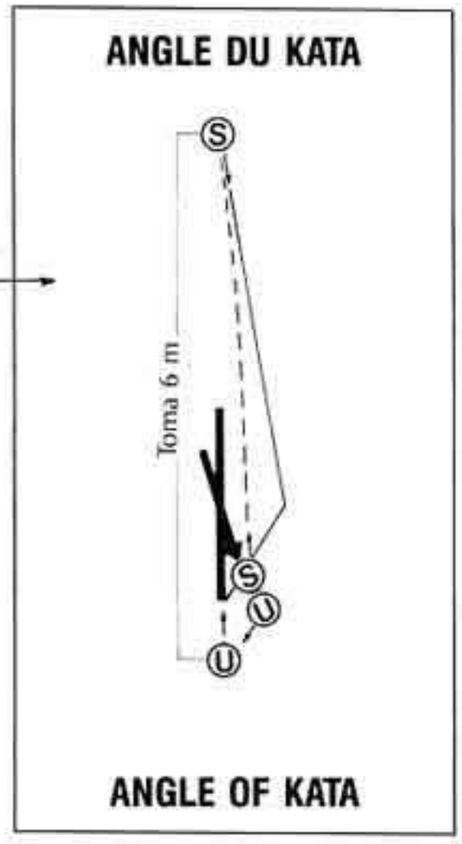
Shidachi — Les deux premiers pas sont identiques à Ushiro zue (Zen) (1 à 3). Au troisième pas, toutefois, au lieu de rester dos à Uchidachi, adopte la position Hanmi, le Jo horizontal (4). Supprimez l'attaque en revenant sur la ligne centrale, contrôler le Suigetsu de Uchidachi en vous plaçant sou le Jo (5 et 6). Lorsque Uchidachi se retire, chassez-le, afin de le déséquilibre d'un grand Honte uchi jusqu'au sol (7 à 9). Vous êtes ainsi déjà prêt lorsqu Uchidachi a repris son équilibre. Evitez la coupe en sautant vers l'arriè droit (10 à 12), armant le Jo pour aussitôt attaquer la tempe gauche de Uchida chi d'un rapide Hiki otoshi uchi (13 à 15). Ne rengainez le Jo qu'une fo que vous vous êtes assuré que le sabre est en position Hodoku.

Shidachi — The first two steps are the same as in Ushiro zue (Zen) (1 t 3). However, instead of escaping to the right, at the third step, take the Hanm position, the Jo horizontal (4) and quickly come back, on the centre-line to suppress Uchidachi's attack by putting your Jo in his Suigetsu and by mov ing under the stick (5 and 6). When Uchidachi withdraws, chase after hi to throw him off balance with a large Honte uchi right to the ground (7 t 9). You are ready by the time Uchidachi regains his balance. Avoid his cu by jumping back towards the right (10 to 12), arming the Jo, and immediatel attack Uchidachi's left temple with a swift Hiki otoshi uchi (13 to 15). Perform Osame after making sure the Bokken is in the Hodoku position.

NOTE — L'attaque du Jo, du point 7 au point 9, peut également suivre un angle Kesa giri pour aboutir sur le Kurobushi de la jambe gauche de Uchidachi.

NOTE — The attack of the Jo, from point 7 to point 9, may also follow a Kesa giri angle to end up on Uchidachi's left leg Kurobushi point.



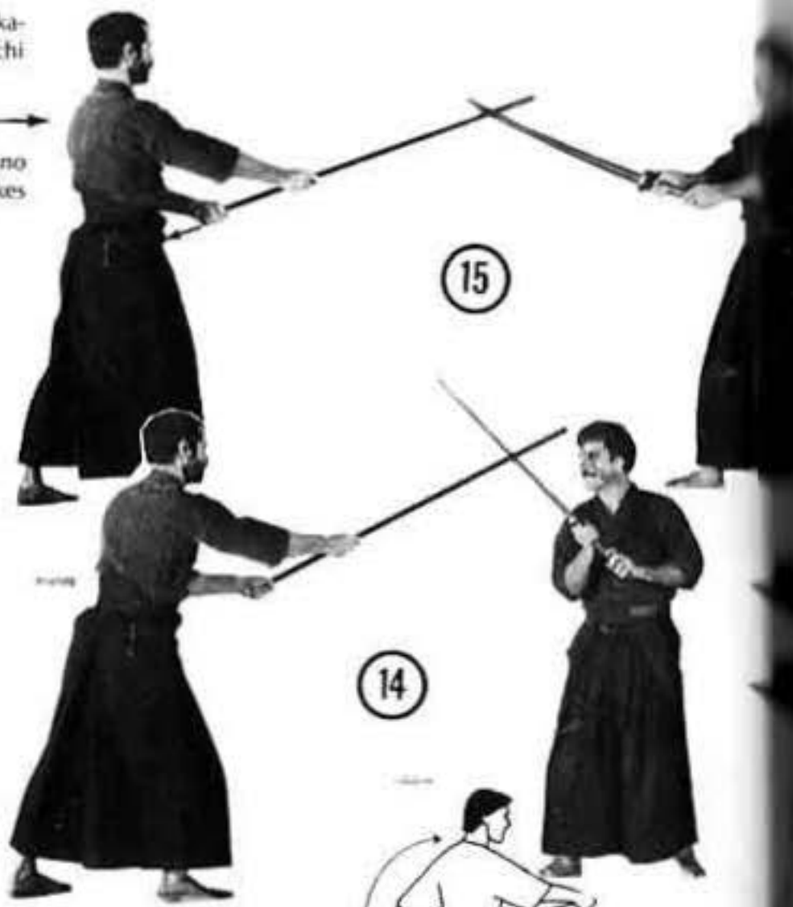


Uchidachi — Pour vous, le début du Kata est identique au précédent (1 à 5). Toutefois vous ne pourrez terminer votre coupe Shômen (6). Utilisez le contrôle de Shidachi en vous appuyant légèrement sur l'extrémité du Jo pour vous propulser le plus rapidement possible vers l'arrière car le Jo descend aussitôt sur la ligne centrale où se trouve votre tête (7 à 9). Depuis Hasso no kamae en passant par Jôdan, coupez le point Tentô de Shidachi (10 à 12), et soyez aussitôt prêt à absorber le Hiki otoshi uchi dynamique qui arrive sur votre gauche à la manière de Gyakute uchi dans les Kihon sôtai, et en faisant un Tsugi ashi vers l'arrière (13 et 14). Reculez pour Awase (15) et mettez vous en position Hodoku.

Uchidachi — For you, the beginning of the Kata is the same as for the previous one (1 to 5). However you will be unable to finish your Shômen cut (6). Use Shidachi's control by leaning lightly on the end of the Jo to propulse yourself back as quickly as possible, because the Jo immediately comes down the centre-line where your head lies (7 to 9). From Hasso no kamae, through Jôdan, cut Shidachi's Tentô point (10 to 12) and be immediately ready to absorb the dynamic Hiki otoshi uchi that arrives on your left as in Kihon sôtai Gyakute uchi, and by taking a Tsugi ashi backward (13 and 14). Step back for Awase (15) and take the Hodoku position.

Shidachi reste en Honte no kamae jusqu'à ce que Uchidachi soit en position Hodoku.

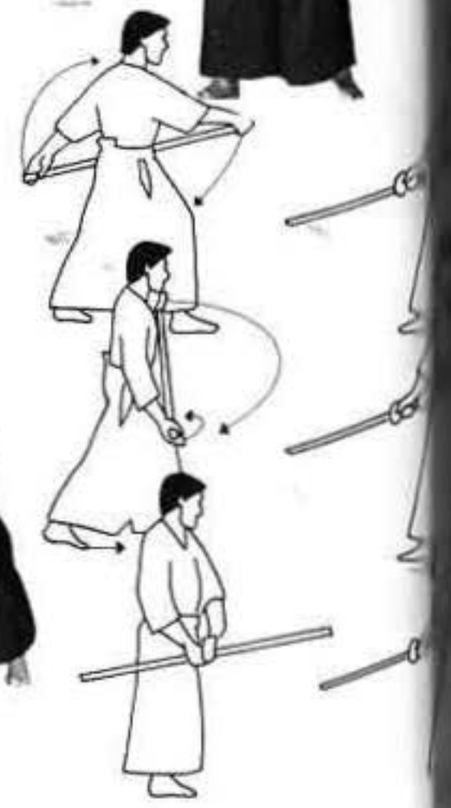
Shidachi remains in Honte no kamae until Uchidachi takes his Hodoku position.



Shidachi n'attend pas dans cette position mais attaque de suite.

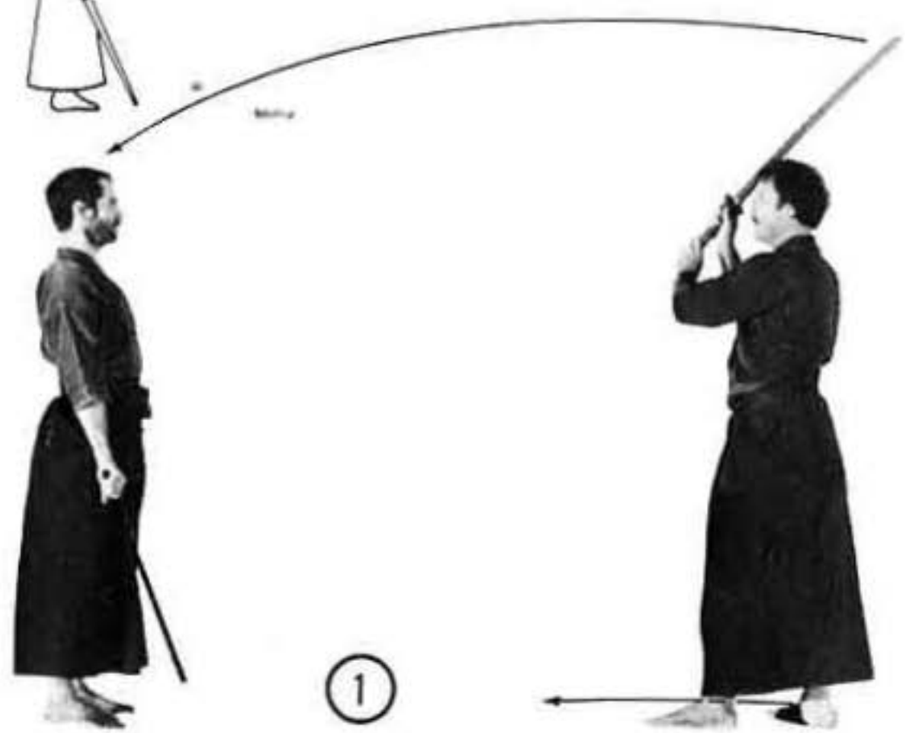
12

Shidachi does not wait in this position, but attacks immediately.



TAISHA : la roue qui attend. La symétrie même de ce Kata pose un sérieux problème technique à Shidachi. A peine s'est-il habitué à la difficile entrée du Kuri tsuke de Ichi riki et de Oshi zume, qu'il va devoir l'effectuer à gauche également. Les deux techniques qui caractérisent Taisha, et qui lui ont laissé son nom tant elles sont riches en mouvements tournants, peuvent être pratiquées sous forme d'entrées répétitives, parallèlement au Kata. Taisha met tout particulièrement Shidachi à l'épreuve. Ses déplacements doivent être extrêment rapides et fluides. La maîtrise de cette technique lui conférera une ambivalence qui enrichira grandement sa liberté de mouvement devant les attaques de Uchidachi.

TAISHA : the wheel that waits. The very symmetry of this Kata poses a serious technical problem for Shidachi. Hardly has he got used to the difficult entry for Kuri tsuke to Ichi riki and Oshi zume that he will also have to perform it on the left also. The two techniques that characterize Taisha, and gave it its name (because of the wealth of circular movements), can be practised in the form of repetitive entries, beside the Kata. Taisha puts Shidachi particularly to the test. His displacements must be extremely fast and smooth. Mastering this technique will give him an ambivalence that will greatly increase his freedom of action when facing Uchidachi's attacks.



①

②

Shidachi — Le début de ce Kata est identique à Monomi de la série Omote (1 à 3). Au point 3, désengagez simultanément à Uchidachi en revenant sur la ligne centrale, le Jo en position de Hiki otoshi no kamae avec la main droite en position Gyakute (4). Effectuez ensuite la même technique que dans Oshi zume (5 à 11). Au point 11, il vous serait possible, en fait, de continuer Oshi zume mais Taisha vous donne l'occasion d'appliquer une nouvelle technique, symétrique à la première.

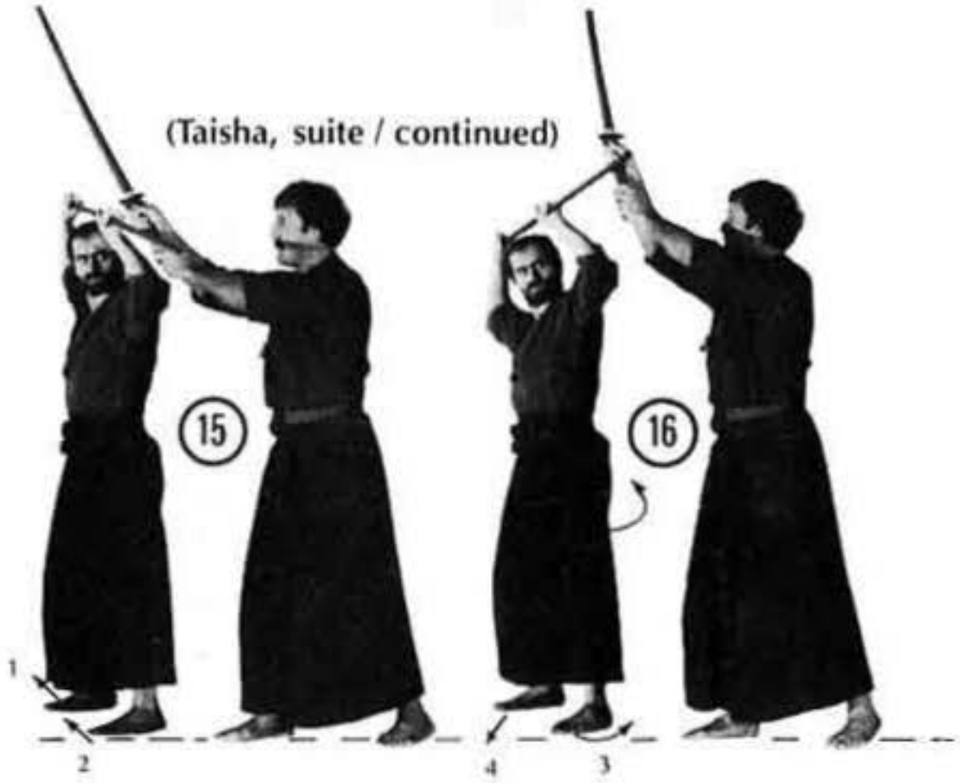
Uchidachi — Le début de ce Kata est similaire à Monomi de la série Omote (1 à 3). Au point 3, au lieu de prendre Jôdan no kamae, désengagez pour prendre Hasso no kamae (4). Les points 5 à 11 sont en tous points identiques à l'attaque de Oshi zume. Au point 12, faites une attaque Shômen visant le point Tentô de Shidachi. Veillez à ce que cette coupe soit grande et ostensible. Elle permettra ainsi à Shidachi d'avoir le temps de se familiariser avec sa nouvelle technique.

Shidachi — The start of this Kata is the same as Monomi, in the Omote series (1 to 3). At point 3, withdraw at the same time as Uchidachi, returning to the centre-line, the Jo in Hiki otoshi no kamae with the right hand in Gyakute position (4). Then carry out the same technique as in Oshi zume (5 to 11). From point 11, it would, in fact, be entirely possible to continue Oshi zume, but Taisha gives you the opportunity to apply a new technique, symmetrical to the first one.

Uchidachi — The start of this Kata is similar to Monomi, in the Omote series (1 to 3). At point 3, instead of taking Jôdan no kamae, withdraw to take Hasso no kamae (4). Points 5 to 11 are in every point identical to the Oshi zume attack. At point 12, cut Shidachi's Tentô point. Make sure that this cut is large and ostentatious. It will give Shidachi the time to get used to his new technique.

9
10
14
11
12
13

(Taisha, suite / continued)



Shidachi — Après avoir effectué un bref Kime (12), placez-vous perpendiculairement à Uchidachi, mais sur sa droite, cette fois (13 à 15). Faites un petit Tsugi ashi sur votre droite afin de lever le Bokken (16) et revenez dynamiquement par-dessous en Tai atari, bien en face de Uchidachi (17). Effectuez le Tai atari en avançant le pied gauche (18) et désengagez aussitôt en vous plaçant en Hiki otoshi no kamae (19). Terminez avec un Hiki otoshi uchi dynamique (20 à 23).

Uchidachi — Lorsque Shidachi entre en Tai atari, vous avez le choix entre a) conserver votre position et b) vous tourner sur votre droite pour faire face à Shidachi. Ce dernier adaptera sa technique à votre réaction (17). Absorbez le Tai atari et défiez Shidachi en coupant devant vous, à la hauteur de ses yeux (18 à 20). Absorbez le Hiki otoshi uchi et mettez-vous en position Hodoku (21 à 23).

Deuxième possibilité au point 17.

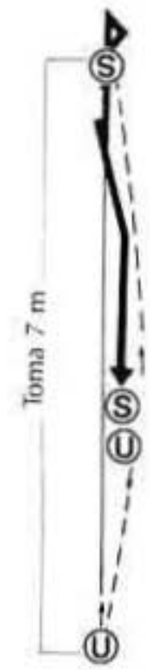
Second possibility at point 17.

19

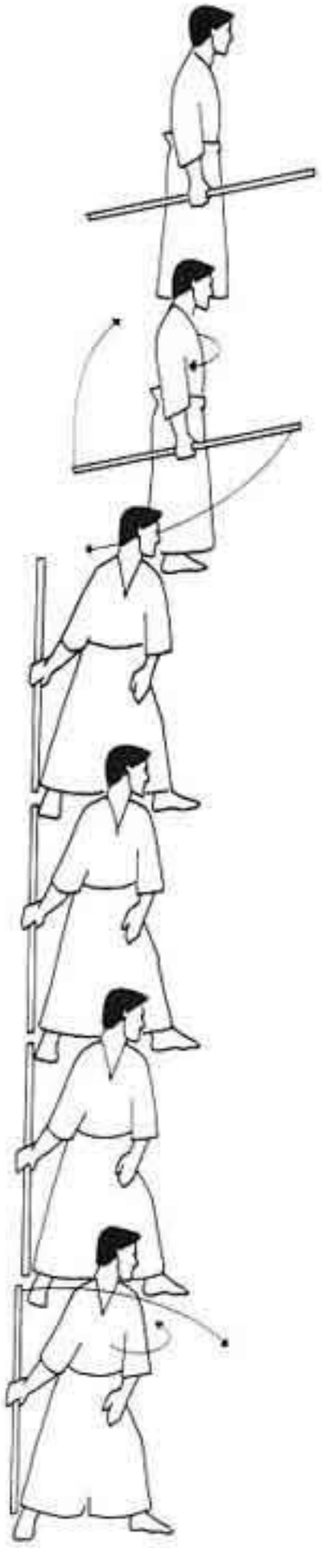
Shidachi — After a short Kime (12), place yourself at right angles to Uchidachi, but, this time, on his right (13 to 15). Carry out a little Tsugi ashi on your right to lift the Bokken (16), and return strongly underneath in Tai atari, facing Uchidachi (17). Apply Tai atari with the left foot forward (18) and withdraw immediately, taking the Hiki otoshi no kamae (19). Finish with a dynamic Hiki otoshi uchi (20 to 23).

Uchidachi — When Shidachi makes Tai atari, you can either a) keep your position, or b) turn right to face him. He will adapt his technique to your reaction (17). Absorb the Tai atari and challenge Shidachi by cutting in front of you at the Uto level (18 to 20). Absorb the Hiki otoshi uchi and take the Hodoku position (21 to 23).

ANGLE DU KATA



ANGLE OF KATA

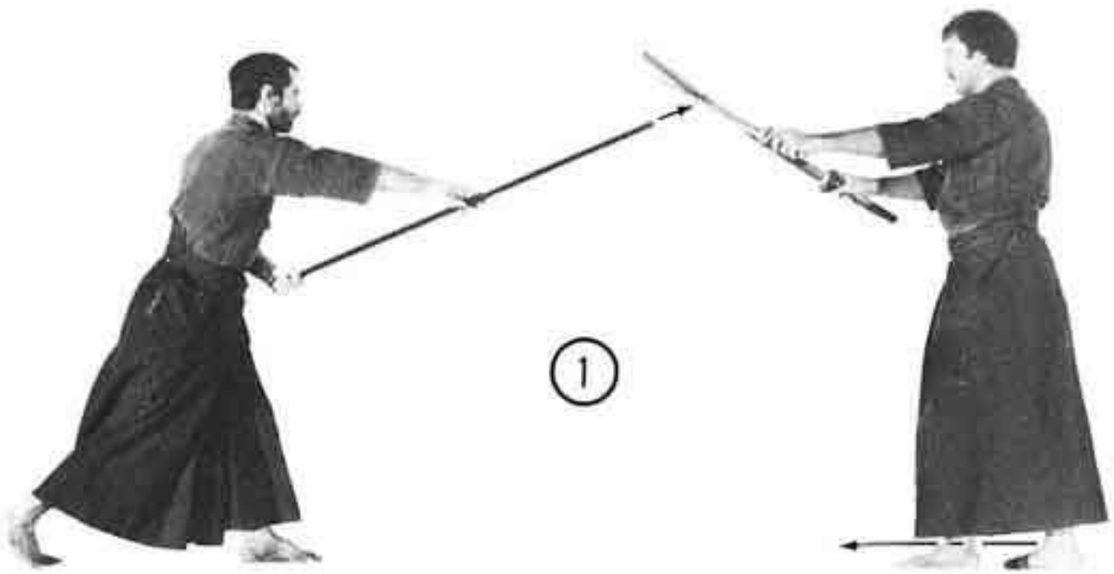


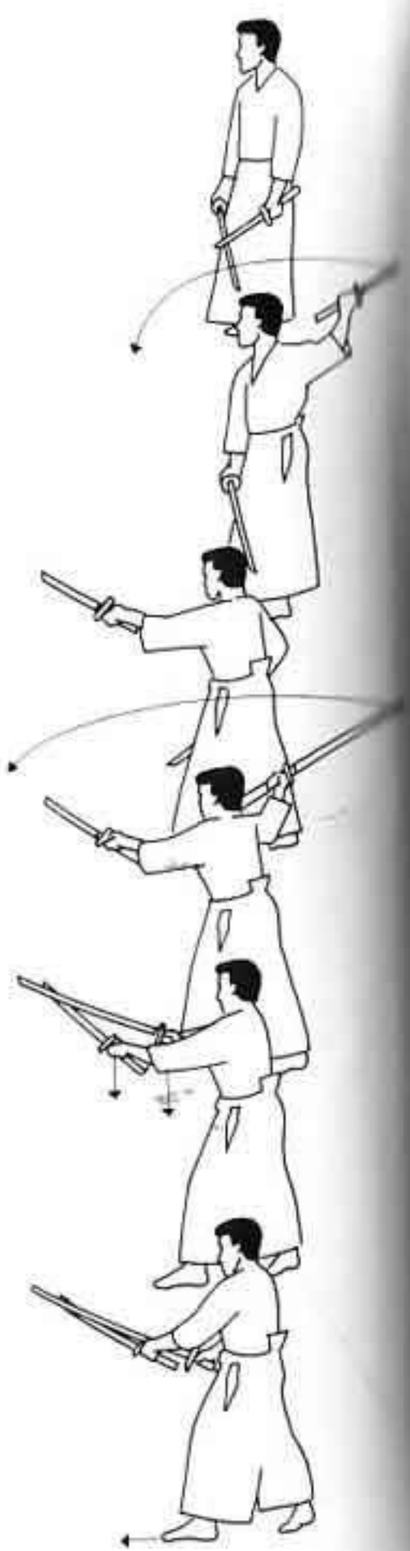
KENGOME : s'insérer dans l'espace. C'est le premier Kata dans lequel le Odachi et le Kodachi sont utilisés simultanément. Si l'on se rapporte à l'histoire du fondateur du Ryû, Musô Gonnosuke, on remarque que les techniques où deux sabres sont utilisés lui ont posé quelques problèmes. C'est même pour venir à bout de la technique Nitô (2 sabres) utilisée par Miyamoto Musashi qu'il a créé le Jo. Ce n'est donc pas une surprise de trouver, dans Shindô Musô Ryû, plusieurs techniques où les deux sabres sont utilisés. Kengome prend son nom du mouvement initial qui consiste à insérer le Jo dans l'apex du triangle formé par les deux sabres de Uchidachi.

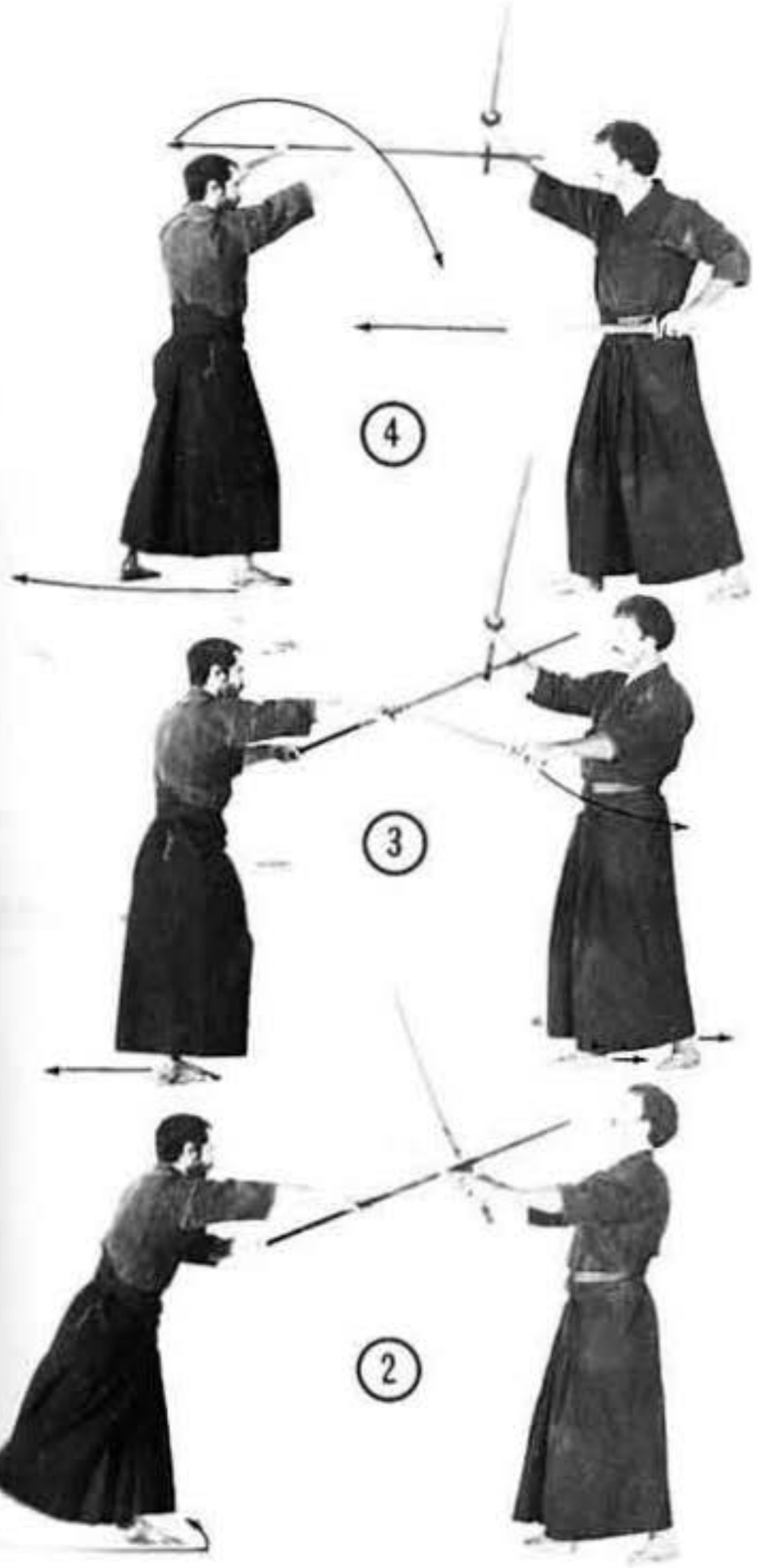
Les dessins qui encadrent ce texte représentent les détails de la prise de Kamae. Si celle de Shidachi est connue, celle de Uchidachi peut poser certains problèmes. La pointe du Kodachi doit être dirigée vers l'œil gauche de Shidachi. Puis le Odachi vient se poser sur le Kodachi. Les deux armes sont ensuite abaissées jusqu'à ce que la pointe du Odachi soit dirigée vers l'oeil droit de Shidachi. Uchidachi avance alors dans cette position.

KENGOME : to move into the gap. It is the first Kata in which Odachi and Kodachi are employed simultaneously. When studying the life of the founder of the Ryû, Musô Gonnosuke, one notices that techniques using two swords posed a few problems for him. Indeed, he created the Jo to defeat the Nitô (two swords) technique used by Miyamoto Musashi. So it should come as no surprise to find within Shindô Musô Ryû several techniques employing both swords. Kengome takes its name from the first movement, which consists of inserting the Jo in the apex of the triangle formed by the two swords.

The line drawings alongside this text represent the details of the taking of the Kamae. Shidachi's is rather well known but Uchidachi's might cause a few problems. The tip of the Kodachi must point towards Shidachi's left eye. The Odachi is then laid on the Kodachi. The two weapons are then lowered until the tip of the Odachi points towards Shidachi's right eye. Uchidachi then moves forward in this position.







Shidachi — Après avoir inséré l'extrémité du Jo dans l'apex du triangle formé par les armes de Uchidachi, poussez le Jo jusqu'à ce que Uchidachi soit stoppé (1 et 2). Prenez ensuite son poignet droit en passant votre pied droit devant le gauche (3) et placez le pied gauche vers la gauche (4), le Jo toujours dirigé dans le point Uto de Uchidachi. Lorsque ce dernier tente un Tsuki avec le Kodachi, frappez le Kodachi d'un Honte Uchi en reculant le pied droit (5). Revenez rapidement en Gyakute uchi (pieds joints) pour supprimer la seconde attaque de Uchidachi, et chassez le Odachi comme dans Midare dome (6 à 10). Aussitôt que Uchidachi remonte son sabre, retournez le Jo en Kaeshi tsuki et délivrez un coup d'estoc sur son point Suigetsu (11 à 14). Remontez lentement au point Uto (15).

(5)

Shidachi — After inserting the end of the Jo in the apex of the triangle formed by Uchidachi's weapons, push the Jo until Uchidachi is stopped (1 and 2). Then control his right wrist, moving your right foot in front of the left (3) and move the left foot back to the left (4), the Jo still pointing in Uchidachi's Uto point. When he attempts a Tsuki with the Kodachi, strike the Kodachi with a Honte uchi, moving the right foot back (5). Quickly return with a Gyakute uchi (feet together) to suppress Uchidachi's second attack and strike the Odachi as in Midare dome (6 to 10). As soon as Uchidachi lifts his sword, turn the Jo in Kaeshi tsuki position and deliver a thrust on his Suigetsu point (11 to 14). Slowly move the Jo up to the Uto point (15).

* Lorsque vous lâchez le Kodachi, dirigez-le vers l'arrière pour qu'il ne gêne pas le reste du Kata. Après Osame, allez le récupérer en gardant tout votre Zanshin concentré sur Shidachi.

* When you let go of the Kodachi, let it drop behind you so that it does not get in the way in the rest of the Kata. After Osame, go and pick it up, keeping all your Zanshin concentrated on Shidachi.

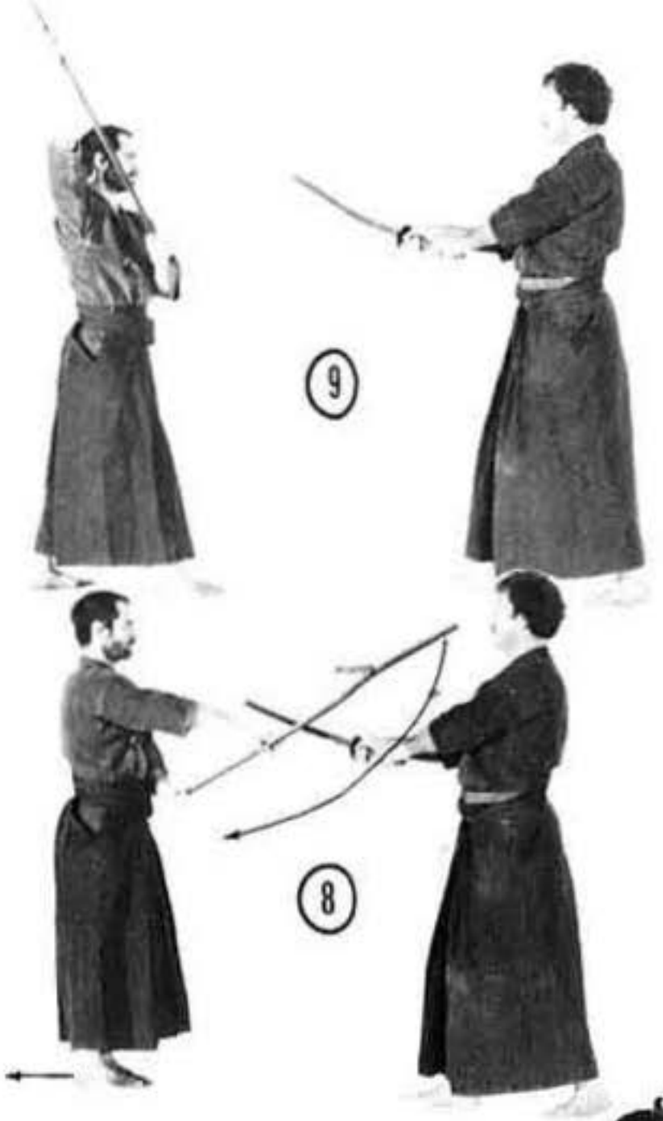
Uchidachi — Examinez bien les dessins de la prise de Kamae en vous référant aux indications de la même page. Avancez avec l'intention de cisailler les carotides de Shidachi. Lorsque vous êtes stoppé par le Jo (2 et 3), ramenez le Kodachi à votre hanche gauche (4) et portez un coup d'estoc dans la direction du foie de Shidachi en avançant votre pied gauche. Ne tendez pas complètement le bras et choisissez un angle légèrement sur la droite de Shidachi. Cette dérogation à la logique évitera que le Jo n'atteigne votre poignet qui est en fait le but réel de la contre-attaque de Shidachi (5). Lâchez le Kodachi * (6) et coupez la hanche gauche de Shidachi (7 et 8). N'absorbez le Jo qu'avec le haut du corps (le pied droit ne bouge pas), et remontez en Jôdan en faisant passer la Kissaki (pointe du sabre) par la ligne centrale pour empêcher une attaque prématurée de Shidachi (10 à 14). Abaissez votre sabre sur votre droite pour prendre la position Hodoku (15).

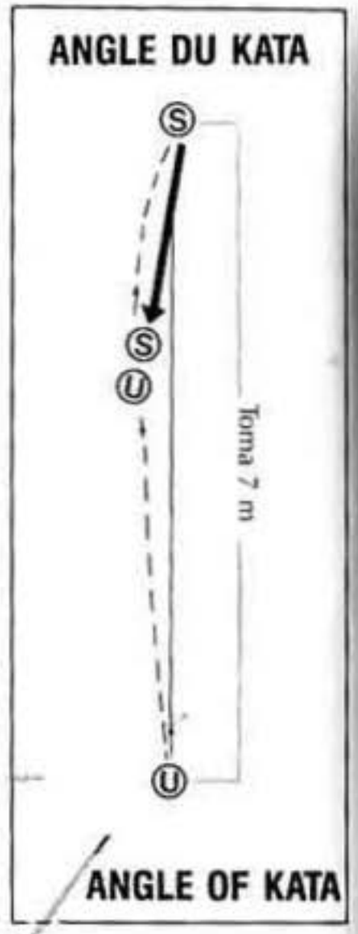
* Voir note de la page 353.

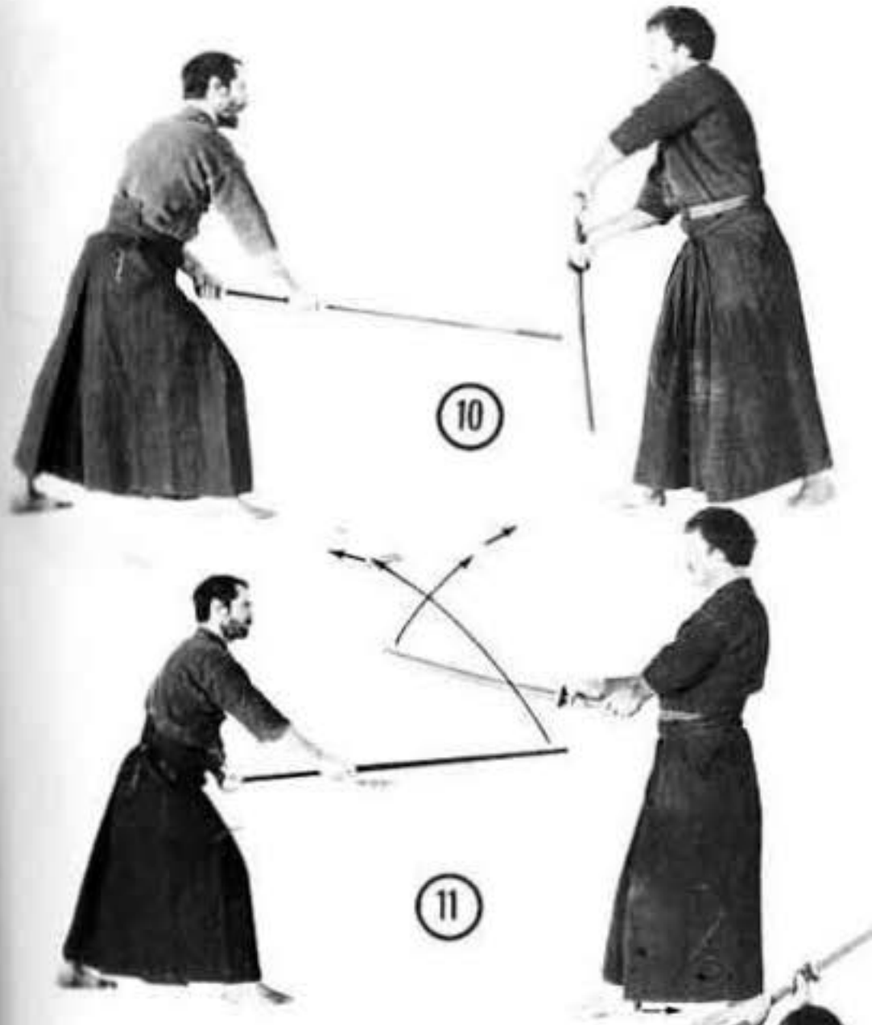
(Kengome, suite / continued)

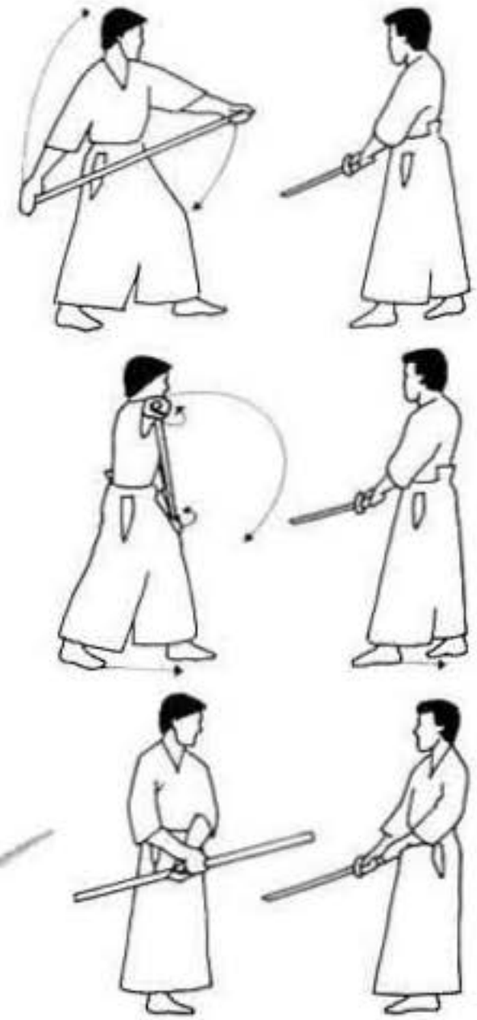
Uchidachi — Examine carefully the drawings of the taking of the Kamae by referring to the indications given on the same page. Move forward with the intention of cutting Shidachi's carotid arteries. When you are stopped by the Jo (2 and 3), bring the Kodachi down to your left hip (4), and thrust towards Shidachi's liver by moving the left foot forward. Do not completely extend your arm and choose an angle slightly to Shidachi's right. This deviation from logic will stop the Jo from striking your wrist (which is in fact the real target of Shidachi's counter-attack) (5). Let go of the Kodachi *. Cut Shidachi's left hip (7 and 8), and absorb the Jo with the top of the body only (the right foot does not move), and take Jôdan no kamae, coming back with the Kissaki (tip of the sword) on the centre-line to prevent an early attack from Shidachi (10 to 14). Lower your sword on your right to take the Hodoku position (15).

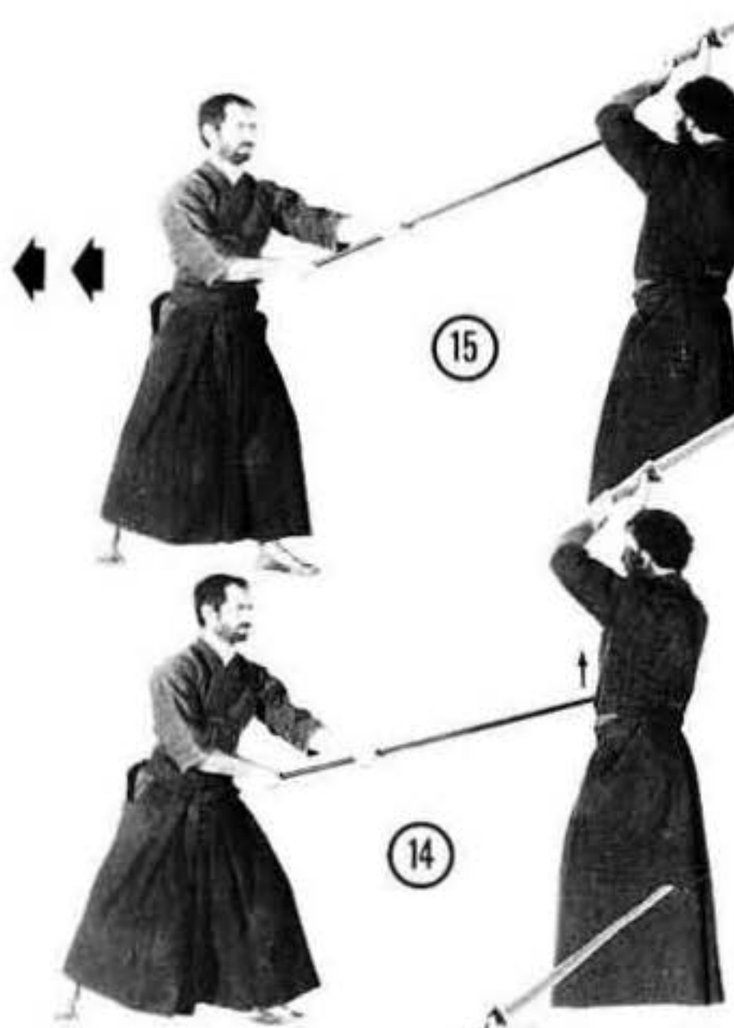
* See note on page 353.

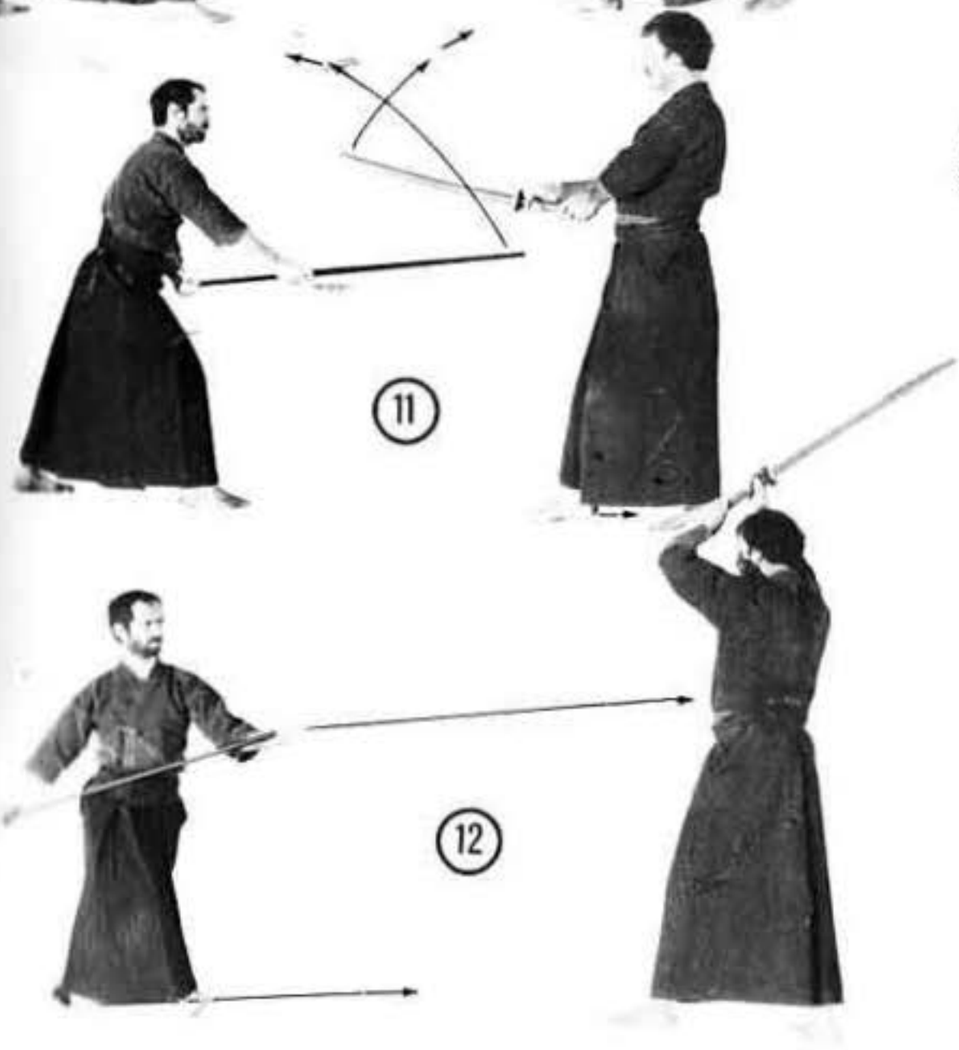





10



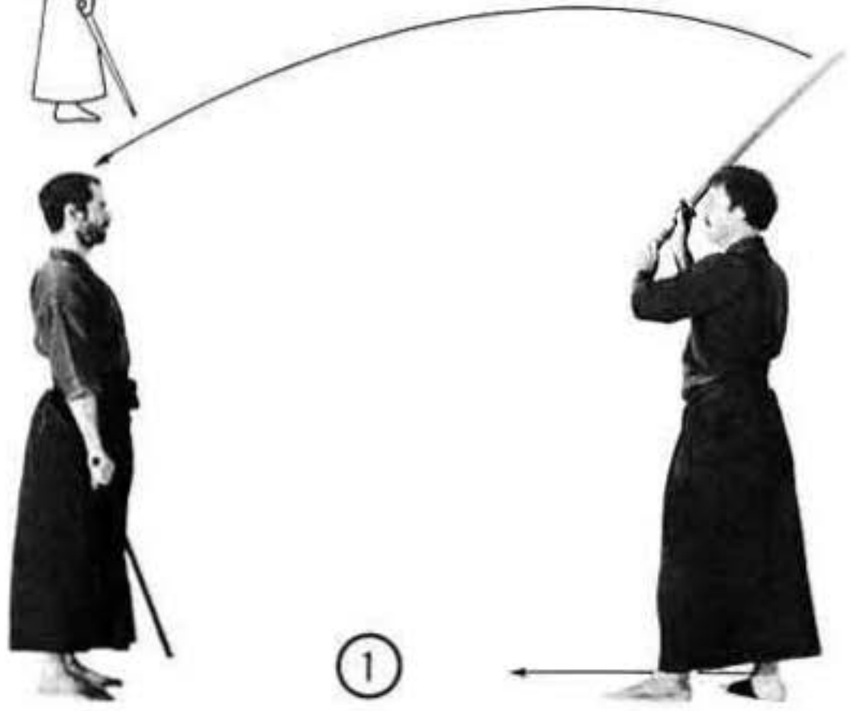

15
14


11
12

13

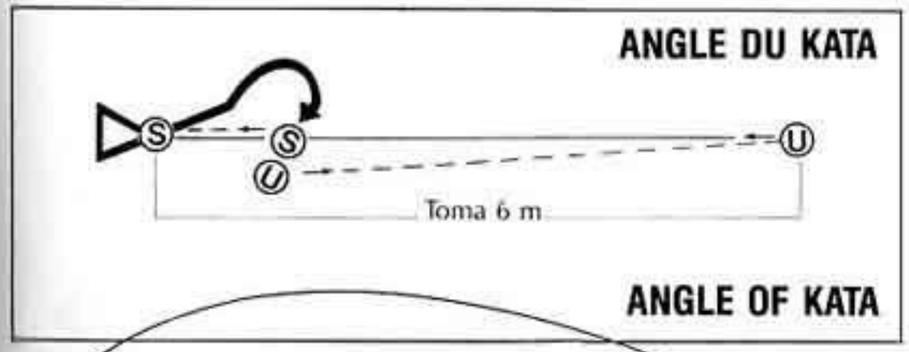
KIRI KAKE : coupe avortée. Débutant par une technique semblable à Monomi, Kiri kake présente ensuite plusieurs éléments similaires à Kasa no shita. Très circulaire d'aspect, ce Kata est intéressant par les contrôles qu'effectue Shidachi et qui mettent Uchidachi dans des positions inconfortables. Tout particulièrement, la dernière coupe de Uchidachi ne rencontre que le vide, Shidachi ayant disparu dans un mouvement tournant qui se termine par un contrôle très efficace, de bas en haut. La complexité de ce Kata a déjà donné lieu à bien des discussions au sein du Ryû et a débouché sur plusieurs interprétations, surtout au sujet de la dernière tentative (avortée) de Uchidachi qui a donné son nom au Kata. Mes constantes questions ont reçu des réponses variées. Je vous présente ici mon interprétation personnelle.

KIRI KAKE : aborted cut. Starting with a technique similar to Monomi, Kiri kake, then, presents several elements close to Kasa no shita. The Kata looks quite circular and Shidachi's controls putting Uchidachi in awkward positions make it very interesting. In particular, Uchidachi's last cut meets nothing but thin air, Shidachi having disappeared in a turning movement that ends with a very efficient control from bottom to top. The complexity of this Kata has given rise to many discussions within the Ryû, particularly about Uchidachi's last (aborted) attempt (which gives the Kata its name). My questioning prompted various answers. I give you here my own interpretation.



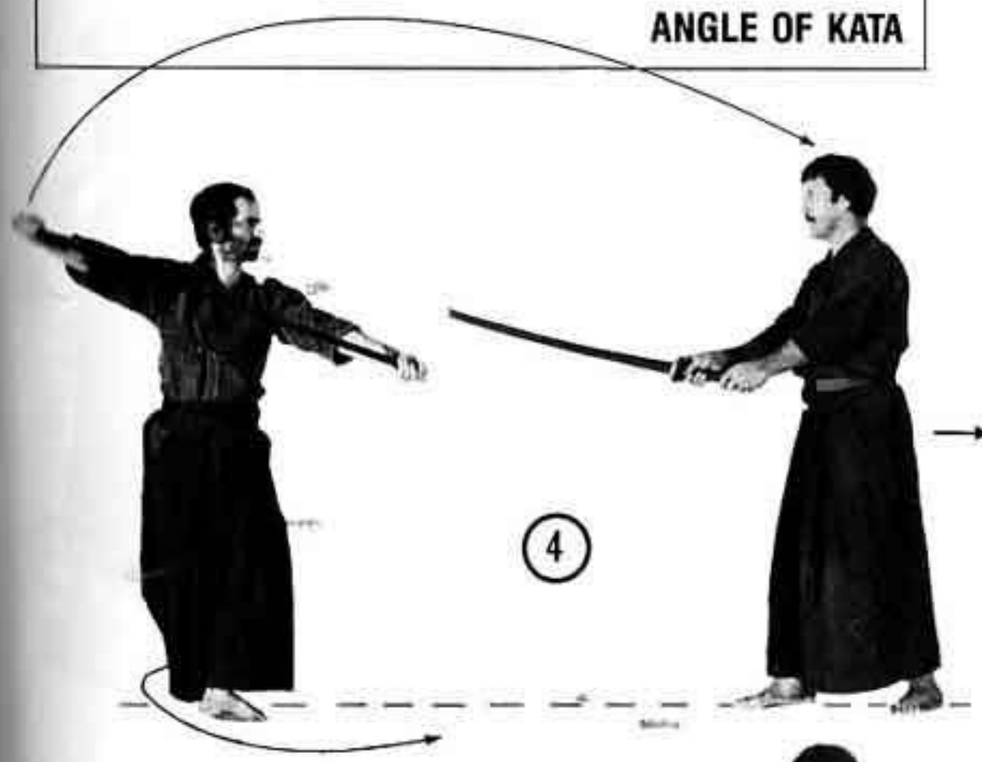
①

②



Shidachi — Après avoir effectué la même technique que Monomi (1 à 3), retirez le Jo, en plaçant votre pied gauche de l'autre côté de la ligne centrale, les orteils pointés dans la direction de Uchidachi, et en prenant garde de ne pas passer sous la lame avec la main gauche (4). Effectuez maintenant Gyakute uchi sur le point Tentô de Uchidachi (5 à 7).

Uchidachi — Après avoir effectué la même coupe que dans Monomi (1 à 3), restez dans cette position pendant que Shidachi se déplace sur votre gauche (4). Absorbez le Gyakute uchi en faisant un léger Tsugi ashi vers l'arrière et en adoptant une position légèrement hanmi, plus efficace pour une absorption (fig. 6).



Shidachi — After carrying out the same techniques for Monomi (1 to 3), withdraw the Jo by moving the left foot to the other side of the centre-line, toes pointing towards Uchidachi ; take care not to pass the left hand under the blade (4). Now execute Gyakute uchi against your opponent's Tentô point (5 and 6).

Uchidachi — After making the same cut as in Monomi (1 to 3), remain in that position while Shidachi moves to your left (4). Absorb the Gyakute uchi by making a very slight Tsugi ashi backwards and by taking a slightly Hanmi position, more efficient for absorbing blows.

Shidachi — Avancez d'un grand Tsugi ashi pour contrôler Uchidachi un peu à la façon de Tai atari, le poing gauche dans son foie et le droit juste en-dessous de son coude droit (7 et 8). Maintenez ce contrôle jusqu'à ce que Uchidachi tente une coupe tournante. Lorsque Uchidachi commence à échapper à votre contrôle, placez le pied gauche derrière sa jambe droite, pivotez sur ce pied en abaissant brusquement votre centre de gravité. Pendant ce mouvement tournant, déplacez votre main gauche du foie à l'aisselle de Uchidachi et glissez votre main droite jusqu'au centre du Jo (9 à 11). Effectuez ensuite Osame comme indiqué aux points 12 et 13 et dans les dessins.

Uchidachi — Le contrôle de Shidachi sur votre foie et votre coude vous déséquilibre sur votre arrière gauche, provoquant une grande tension dans votre colonne vertébrale (7 et 8). Pour vous défaire de ce contrôle, vous tentez un mouvement tournant en déplaçant votre pied gauche vers la gauche et en coupant dans un angle Kesa giri en direction des hanches de Shidachi (9 et 10). Ce mouvement est bloqué par l'extrémité du Jo dans votre aisselle (11). Réalignez-vous sur l'angle du Jo en position Hodoku (12 et 13).

Shidachi — Move forward with a big Tsugi ashi to control Uchidachi a little like in Tai atari, the left fist in his liver and the right slightly below his right elbow (7 and 8). Maintain this control until Uchidachi attempts a turning cut. When Uchidachi starts to free himself from your control, place your left foot behind his right heel and pivot on that foot by quickly lowering your centre of gravity. During this turning movement, move your left hand from the liver to Uchidachi's armpit and slide your right hand to the middle of the Jo (9 to 11). Then carry out Osame as shown at points 12 and 13 and on the drawings.

Uchidachi — Shidachi's control on your liver and elbow throws you off balance towards your rear left, putting a great tension on your backbone (7 and 8). In order to evade this control, try to make a turning movement by moving your left foot to your left and by cutting through a Kesa giri angle towards Shidachi's hips (9 and 10). This movement is blocked by the end of the Jo prodding your armpit (11). Realign yourself on the angle of the Jo in the Hodoku position (12 and 13).

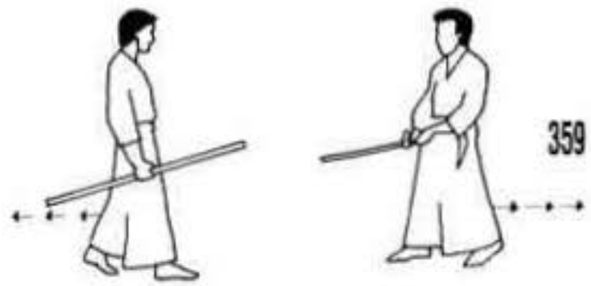
(Kiri kake, suite / continued)

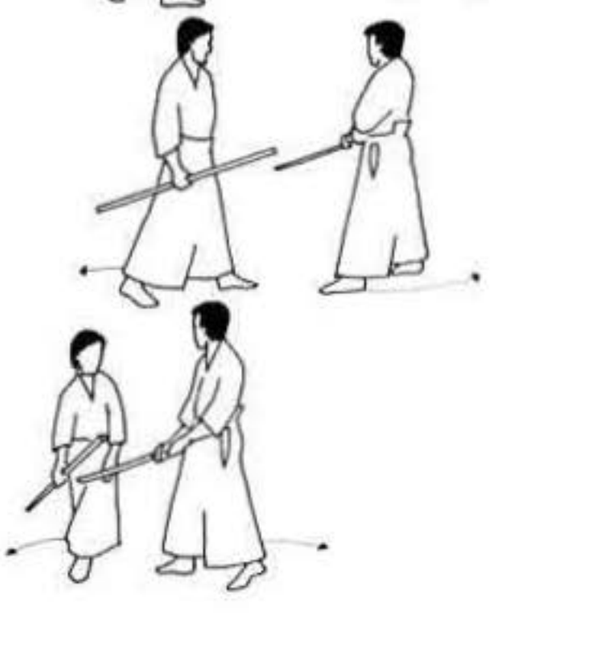
NOTE — Si Shidachi est beaucoup plus petit que Uchidachi, il peut rester debout pour effectuer ce contrôle.

NOTE — If Shidachi is much smaller than Uchidachi, he may remain standing for this control.

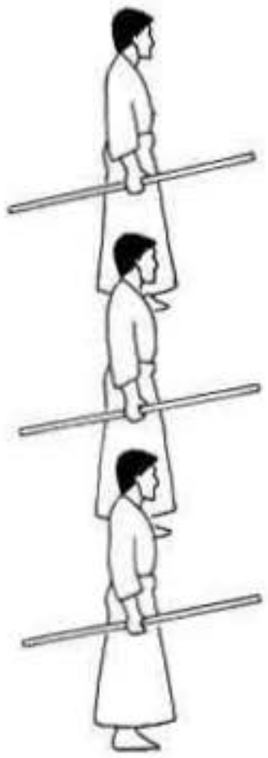
Point 11 vu sous un autre angle

Point 11 seen from another angle





shin shin



SHIN SHIN : avance constante. Ce Kata très dynamique introduit une nouvelle technique importante, pour Shidachi, qui réapparaîtra dans plusieurs Kata ultérieurs, dont Ran-ai. Il s'agit d'une sorte de Dô barai uchi qui, au lieu de bloquer le Bokken, comme dans les Kihon, permet le contrôle des bras de Uchidachi simultanément à celui de son corps au niveau du point vital Inazuma (le foie). Les détails de cette nouvelle technique sont indiqués sous forme de points-clé à la fin du Kata. La partie initiale de Shin shin, par ailleurs, requiert un «timing» parfait. Le contrôle final est assez similaire à celui de Kiri kake mais se fait debout et selon le principe de Sen no sen (suppression de l'attaque).

SHIN SHIN : constant advance. This very dynamic Kata presents an important new technique, for Shidachi, that will appear in several further Kata, including Ran-ai. It is a kind of Dô barai uchi which, instead of blocking the Bokken, as in the Kihon, allows a dual control of Uchidachi's arms and body at the level of the vital point Inazuma (liver). The details of this new technique are given in the form of key-points at the end of the Kata. The first part of Shin shin requires perfect timing. The final control is very much like that of Kiri kake, but is done standing and according to the principle of Sen no sen (suppression of the attack).

真進

①

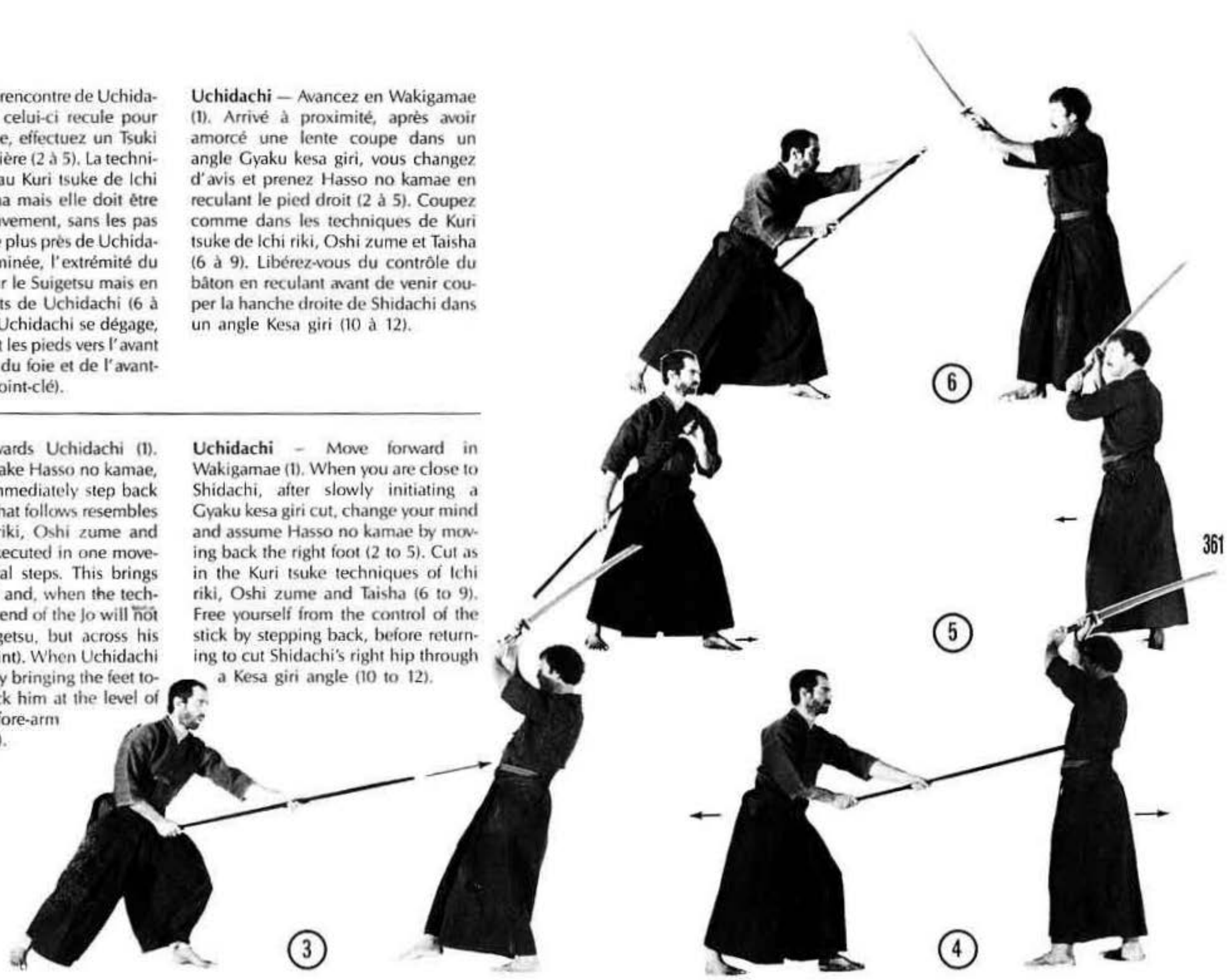
②

Shidachi — Avancez à la rencontre de Uchidachi (1). Au moment où celui-ci recule pour prendre Hasso no kamae, effectuez un Tsuki et revenez aussitôt en arrière (2 à 5). La technique qui suit ressemble au Kuri tsuke de Ichi riki, Oshi zume et Taisha mais elle doit être exécutée d'un seul mouvement, sans les pas latéraux. Ceci vous place plus près de Uchidachi et, la technique terminée, l'extrémité du Jo ne se trouvera plus sur le Suigetsu mais en travers des deux poignets de Uchidachi (6 à 9 et point-clé). Lorsque Uchidachi se dégage, faites-lui face en joignant les pieds vers l'avant et bloquez-le au niveau du foie et de l'avant-bras droit (10 à 12 et point-clé).

Uchidachi — Avancez en Wakigamae (1). Arrivé à proximité, après avoir amorcé une lente coupe dans un angle Gyaku kesa giri, vous changez d'avis et prenez Hasso no kamae en reculant le pied droit (2 à 5). Coupez comme dans les techniques de Kuri tsuke de Ichi riki, Oshi zume et Taisha (6 à 9). Libérez-vous du contrôle du bâton en reculant avant de venir couper la hanche droite de Shidachi dans un angle Kesa giri (10 à 12).

Shidachi — Move towards Uchidachi (1). When he steps back to take Hasso no kamae, carry out a Tsuki and immediately step back (2 to 5). The technique that follows resembles the Kuri tsuke of Ichi riki, Oshi zume and Taisha, but it must be executed in one movement, without the lateral steps. This brings you closer to Uchidachi and, when the technique is completed, the end of the Jo will not lie on Uchidachi's Suigetsu, but across his wrists (6 to 9 and key-point). When Uchidachi frees himself, face him by bringing the feet together forward and block him at the level of the liver and the right fore-arm (10 to 12 and key-point).

Uchidachi – Move forward in Wakigamae (1). When you are close to Shidachi, after slowly initiating a Gyaku kesa giri cut, change your mind and assume Hasso no kamae by moving back the right foot (2 to 5). Cut as in the Kuri tsuke techniques of Ichi riki, Oshi zume and Taisha (6 to 9). Free yourself from the control of the stick by stepping back, before returning to cut Shidachi's right hip through a Kesa giri angle (10 to 12).



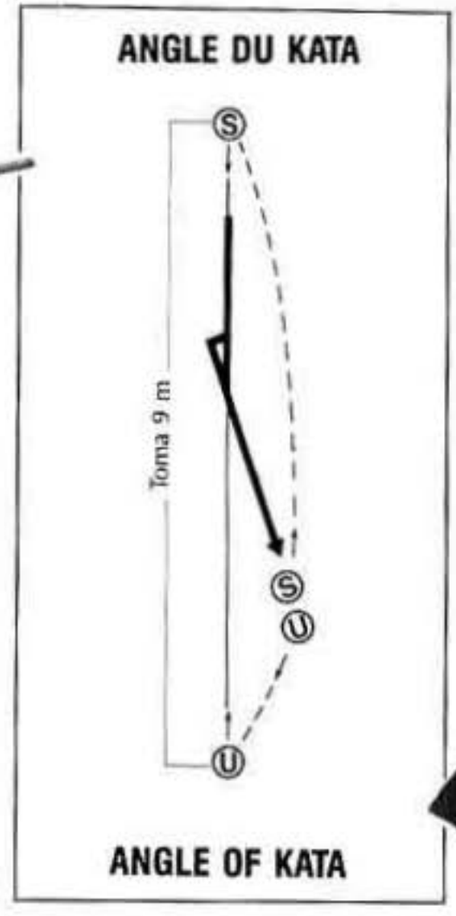
7

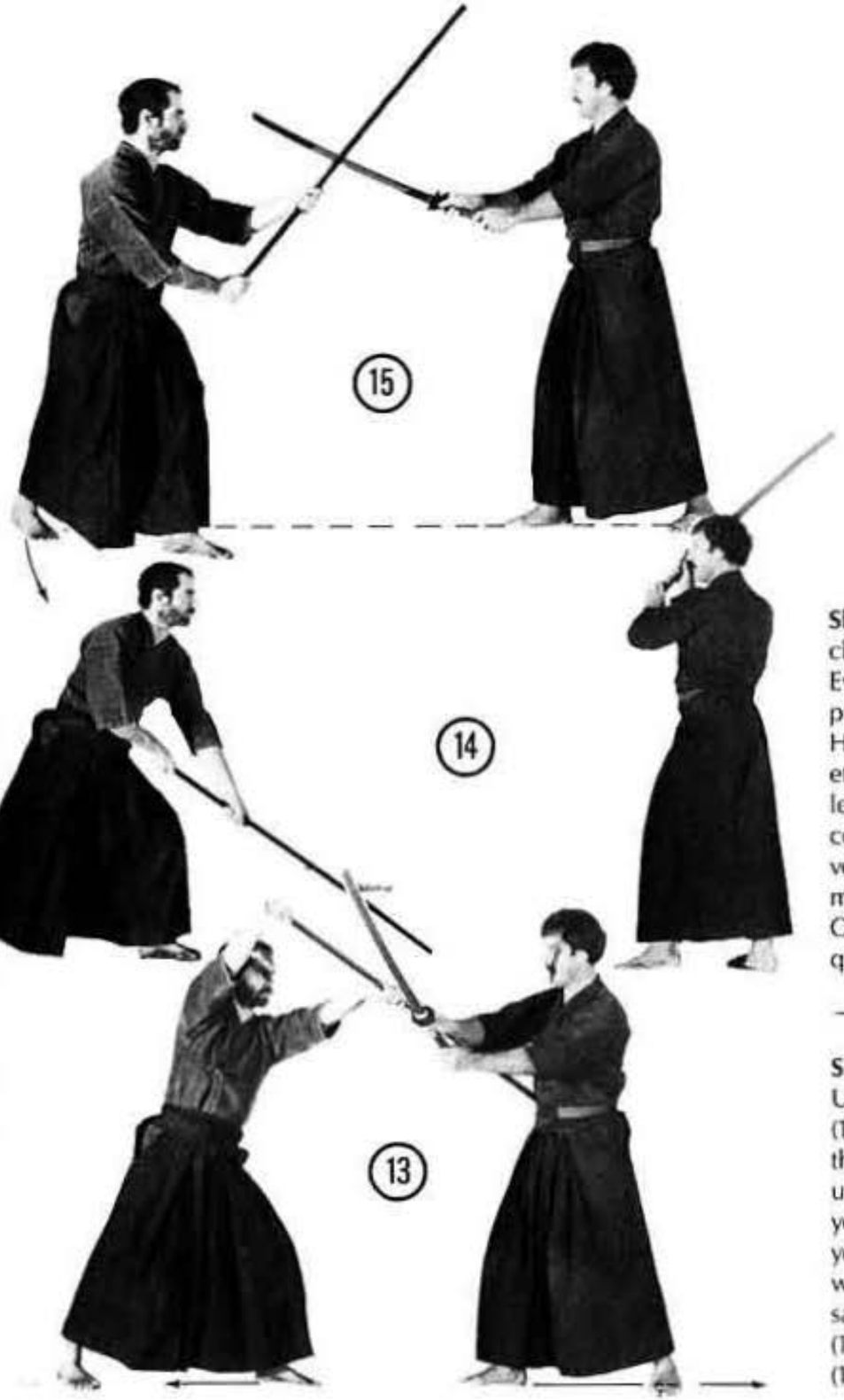
8

9

10
11

12


ANGLE DU KATA
S
Toma 9 m
S
U
U
ANGLE OF KATA



Shidachi — Désengagez simultanément à Uchidachi, l'extrémité du Jo posée sur le sol (13 et 14). Evitez alors l'attaque en déplaçant le pied gauche, puis le droit, sur votre droite, en exécutant un grand Honte uchi sur le poignet gauche de Uchidachi (15 et 16). Avancez lestement le pied droit juste devant le gauche en baissant votre centre de gravité, et contrôlez le poignet droit de Uchidachi d'un mouvement en cuiller. Vous vous retrouverez dans la même position que dans Tsuba wari de la série Omote (17 et 18). Faites alors un Kuri tsuke énergique (19 et 20) et, aussitôt que Uchidachi tente de se dégager, poursuivez-le d'un grand Tsugi ashi pour un solide contrôle sous l'aisselle (21 et 22). Lors de ce contrôle, prenez soin de tempérer le contact en plaçant votre main gauche entre l'extrémité du Jo et le corps de votre adversaire. Lorsque Uchidachi se dégage pour vous faire face, tendez votre bras gauche et placez votre main droite à l'autre extrémité du Jo (23). Lorsque vous vous êtes assuré que Uchidachi a pris la position Hodoku, effectuez Osame.

Shidachi — Withdraw at the same time as Uchidachi, the end of the Jo resting on the ground (13 and 14). Avoid the attack by moving the left foot, then the right, to your right, executing a large Honte uchi on Uchidachi's left wrist (15 and 16). Move your right foot swiftly in front of the left by lowering your centre of gravity and control Uchidachi's right wrist with a scooping action. You are now in the same position as in Tsuba wari of the Omote series (17 and 18). Then carry out a dynamic Kuri tsuke (19 and 20) and, as soon as Uchidachi tries to withdraw, pursue him with a large Tsugi ashi, solidly controlling him under the armpit (21 and 22). For this control, take care to temper the contact by placing your left hand between the end of the Jo and your opponent's body. When Uchidachi frees himself to face you, extend your left arm and place your right hand at the other end of the Jo (23). When you have made sure that Uchidachi has taken the Hodoku position, carry out Osame.

Uchidachi — Désengagez en Hasso no kamae (14), puis tentez une coupe vers la hanche gauche de Shidachi dans un angle Kesa giri (14 et 16). Lâchez le Bokken de la main gauche, qui est contrôlée par le Jo, et effectuez une coupe horizontale en direction du cou de Shidachi avec un léger appel du pied droit (Kammuri otoshi : décapitation) (17 et 18). Absorbez le Kuri tsuke d'un grand Tsugi ashi et libérez-vous de ce contrôle d'un autre Tsugi ashi vers l'arrière, mais moins grand, en esquissant une nouvelle attaque (21 et 22). Prenez ensuite la position Hodoku (23).

Au point 20, le Bokken peut également être tenu avec la Kissaki éloignée de Shidachi.

At point 20, the Bokken may also be held with the Kissaki away from Shidachi.

Uchidachi — Withdraw in Hasso no kamae (14), then attempt a cut towards Shidachi's left hip through a Kesa giri angle (15 and 16). Let go of the Bokken with the left hand, which is controlled by the Jo, and carry out a horizontal cut towards Shidachi's neck (Kammuri otoshi — decapitation), with a little step forward with the right foot (17 and 18). Absorb the Kuri tsuke with a large Tsugi ashi and free yourself of this control with another (smaller) Tsugi ashi, sketching a new attack (21 and 22), then take the Hodoku position (23).

POINTS POINTS

Dans Shin shin, le Kuri tsuke se fait plus directement, sans le glissement démontré dans Ichi riki, Oshi zume et Taisha.
Au point 3, le Jo est en travers des deux poignets de Uchidachi. Ce dernier devra se dégager complètement avant de revenir couper la hanche droite de Shidachi.

In Shin shin, the Kuri tsuke is carried out more directly, without the sliding shown in Ichi riki, Oshi zume and Taisha.
At point 3, the Jo controls both wrists. Uchidachi must free himself completely before coming back for a cut towards Shidachi's right hip.

Détails des points 7 à 13
Details for points 7 to 13

rai uchi

雷打

RAI UCHI : coup de tonnerre. Comme son nom l'indique, ce Kata est bref et requiert de Shidachi et de Uchidachi des mouvements d'un dynamisme particulier.

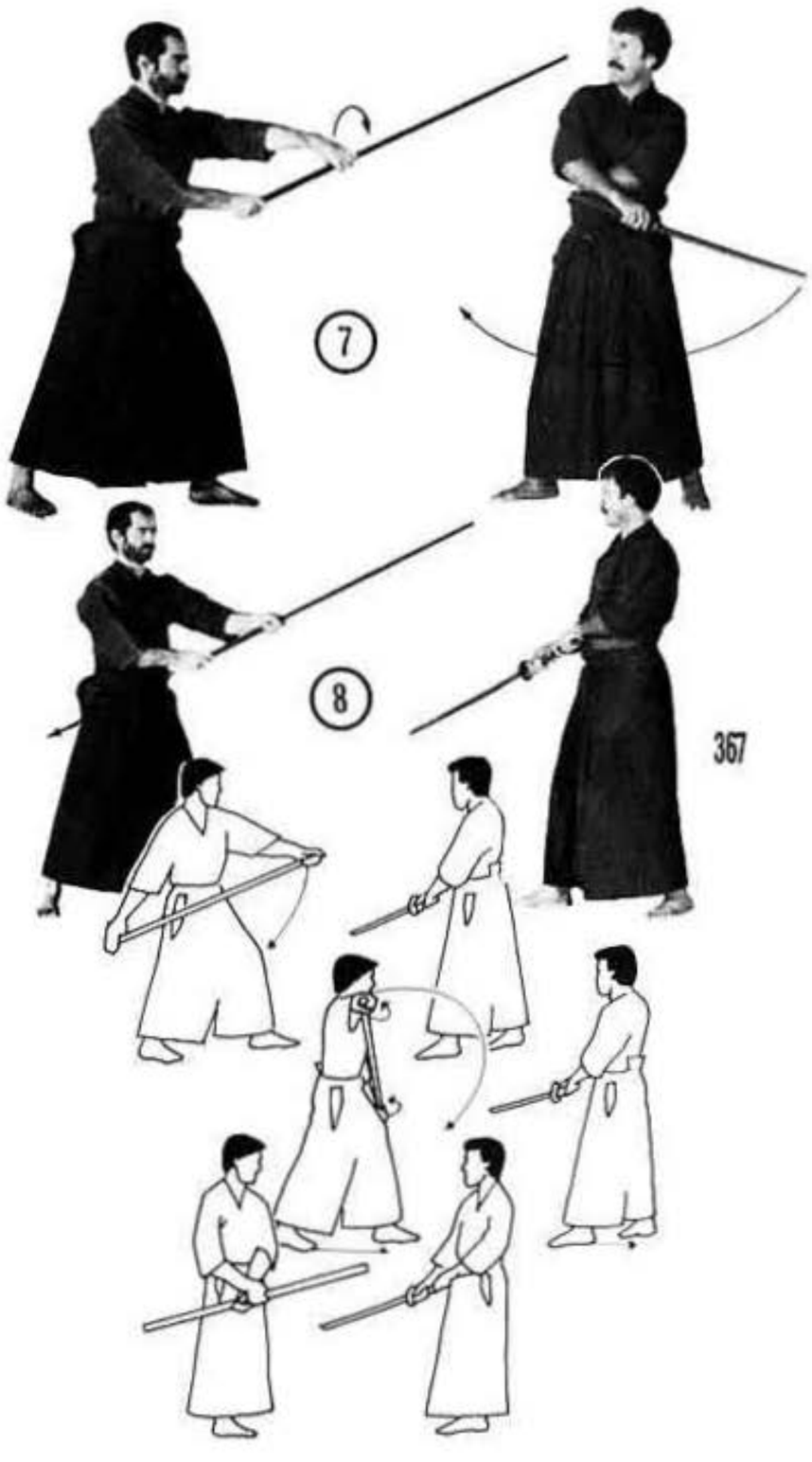
Shidachi — Lorsque Uchidachi attaque, le contrôle est identique à celui de Sei rei (1 à 3). Aussitôt que Uchidachi désengage, coulez en Tsugi ashi, le Jo au-dessus de la tête et effectuez un deuxième blocage identique au blocage initial de Ukan (5 et 6). Lorsque Uchidachi est retiré, contrôlez-le en Gyakute no kamae et effectuez Osame après qu'il ait pris la position Hodoku (7 et 8).

Uchidachi — Après le Kamae initial, coupez les muscles du triceps gauche (Jôwan) de Shidachi (1 à 3). Aussitôt que vous êtes bloqué, faites un Tsugi ashi vers l'arrière et revenez, toujours en Tsugi ashi, et avec le même pied, par une coupe au côté droit de son cou (4 à 6). Retirez-vous et passez sous le Jo pour prendre la position Hodoku (7 et 8).

RAI UCHI : Thunderbolt strike. As its name suggests, this Kata is brief and requires of both Shidachi and Uchidachi particularly dynamic movements.

Shidachi — When Uchidachi attacks, the control is the same as that in Sei rei (1 to 3). As soon as Uchidachi withdraws, step back in Tsugi ashi, Jo held above your head, and carry out a second block identical to the initial control of Ukan (5 and 6). When Uchidachi has withdrawn, control him in Gyakute no kamae and carry out Osame when he has taken the Hodoku position (7 and 8).

Uchidachi — After the initial Kamae, cut Shidachi's left triceps muscles (Jôwan) (1 to 3). As soon as you are blocked, take a Tsugi ashi back and move forward again, still in Tsugi ashi and with the same foot, for another cut at the right side of his neck (4 to 6). Withdraw and pass under the Jo to take the Hodoku position (7 and 8).

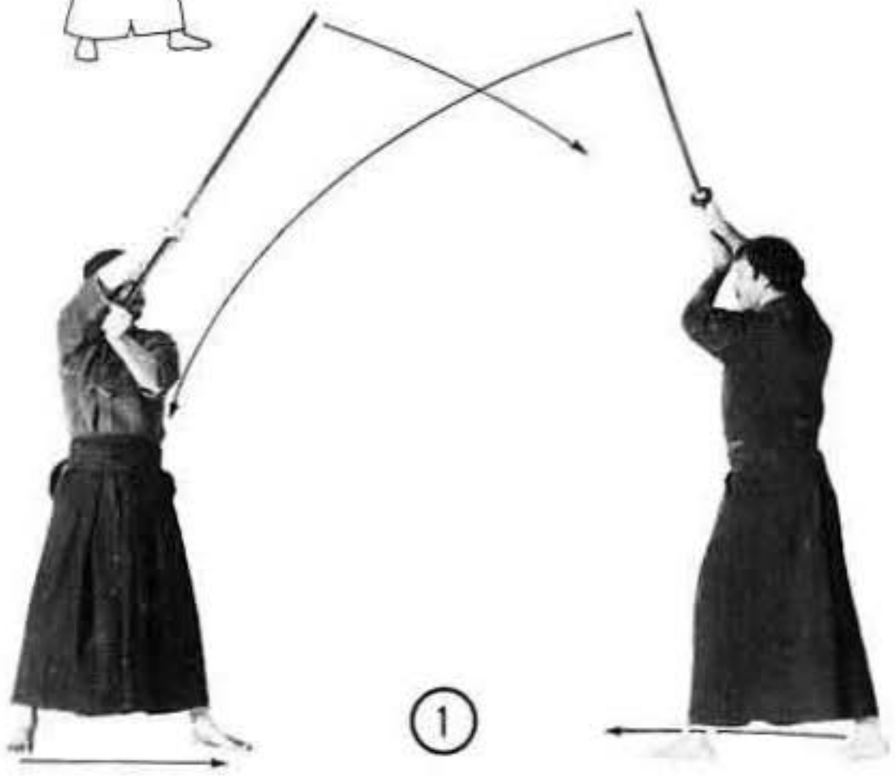


yokogiri dome

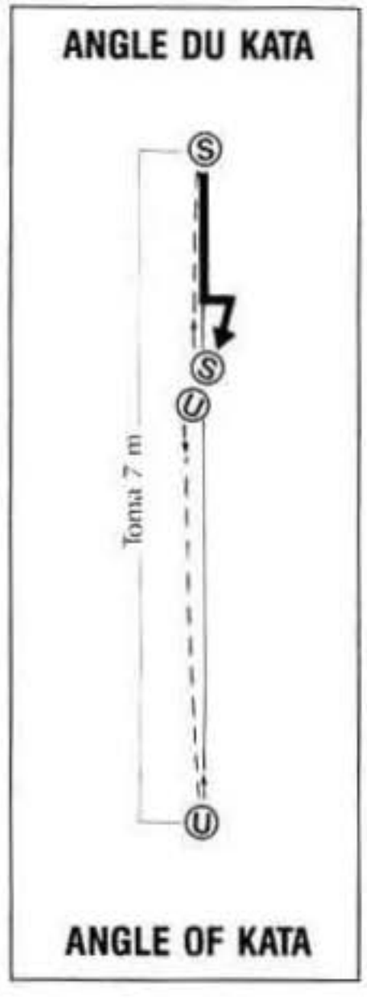
横切留

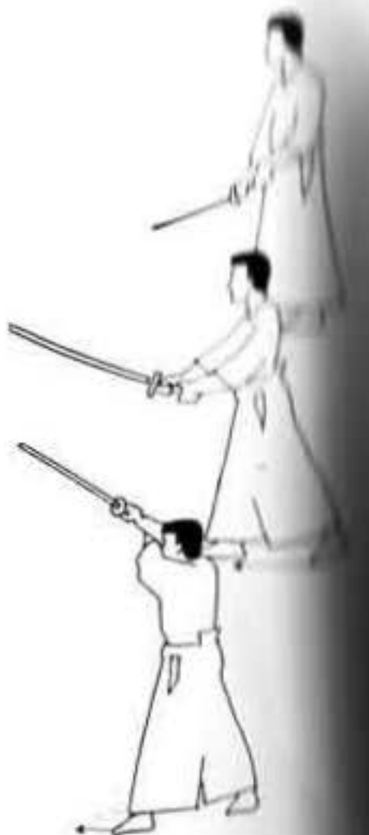
YOKO GIRI DOME : arrêt d'une coupe latérale. Le Kamae initial de ce Kata apparaît pour la première fois. La position des armes est très haute, aggressive, et permet une attaque puissante. Ce début de Kata très offensif va donner le ton pour toute la technique. La succession rapide des mouvements composant Yokogiri dome lui confère une allure très combative. Le Kime final en travers du Suigetsu de Uchidachi est également une nouvelle technique qu'il faut travailler avec soin.

YOKO GIRI DOME : stopping a lateral cut. The initial Kamae of this Kata appears for the first time. The weapons are held high, aggressively, and allow a powerful attack. This very offensive opening is a foretaste of the whole technique. The rapid sequence of the movements making up Yokogiri dome gives it a combative aspect. The final Kime across Uchidachi's Suigetsu is also a new technique and must be worked on carefully.



①





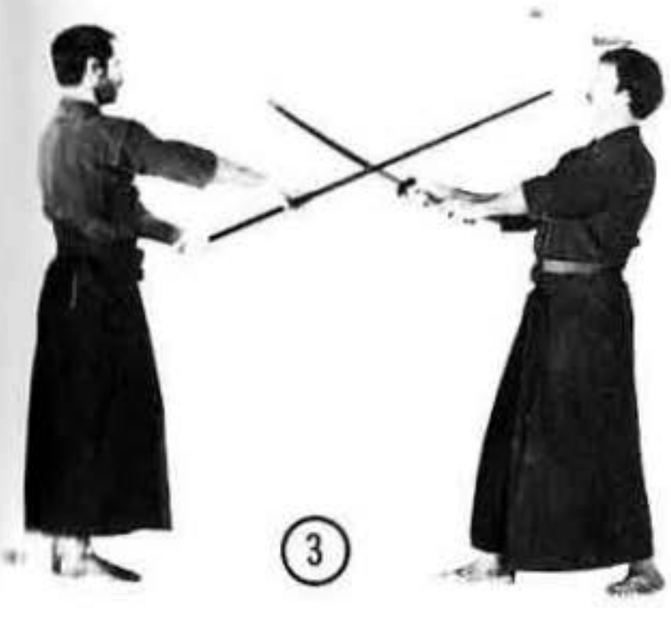
②

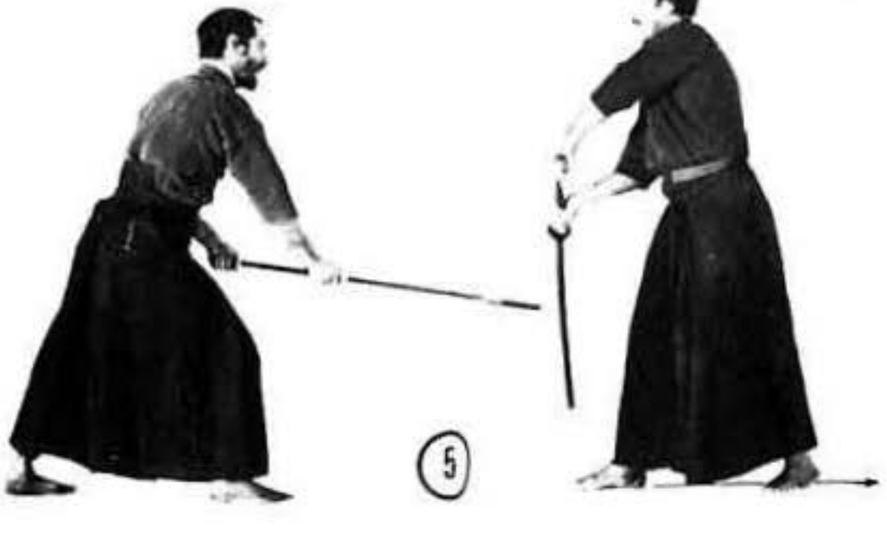
Shidachi — Prenez le Kamae indiqué au point 1, la main gauche à la hauteur de la bouche et la droite au-dessus de votre tête, le poignet bien recourbé. Stoppez l'attaque de Uchidachi d'un puissant Gyakute uchi dans un angle Shômen (2 et 3), puis effectuez la même technique que pour Midare dome, (4 à 6), mais en revenant par-dessous et légèrement sur votre gauche pour bloquer Uchidachi au niveau du foie (7 et 8). Au point 6, veillez à ne pas retirer le Jo avec la main gauche mais levez d'abord l'extrémité avant du Jo pour placer ensuite l'autre extrémité dans le foie en avançant le pied gauche.

Uchidachi — Après avoir pris le Kamae, avancez en maintenant cette position (1). A la distance Uchima, faites une coupe puissante en direction de la hanche gauche de Shidachi dans un angle Kesa giri. Attention au contrôle du Jo au niveau de votre point Uto (2 et 3). Absorbez et revenez pour une coupe Shômen en direction du point Tentô de Shidachi (4 à 8).

Shidachi — Assume the Kamae shown at point 1, the left hand at the level of your mouth and the right above your head, wrist well bent. Stop Uchidachi's attack with a powerful Gyakute uchi through a Shômen angle (2 and 3), then carry out the same technique as for Midare dome (4 to 6), but moving then forward underneath and slightly to your left to block Uchidachi in the liver area (7 and 8). At point 6, take care not to withdraw the Jo with the left hand but first lift the forward end, and then stick the other end in the liver by moving the left foot forward.

Uchidachi — After taking the Kamae, move forward in that position (1). At the Uchima distance, make a powerful cut towards Shidachi's left hip through a Kesa giri angle. Watch the control of the Jo at the level of your Uto point (2 and 3). Absorb the blow and return for a Shômen cut towards Shidachi's Tentô point (4 to 8).





8

9

Avancez légèrement le pied gauche

Slide the left foot forward a little

Shidachi — Disengage at the same time as Uchidachi to take Hiki otoshi no kamae (9). Crush Uchidachi's attack with a powerful Hiki otoshi uchi without moving the right foot forward (but nonetheless using the hips) towards Uchidachi's Uto point through a Shômen angle (10 and 11). Let go of the Jo with your left hand, stepping back in Tsugi ashi (12), ready for a Kuri tsuke (13 and 14). Before Uchidachi disengages, slide your right hand to the front end of the Jo to control Uchidachi's left hand and hit him with a Honte uchi across his Suigetsu, through a Kesa giri angle (15 to 17 and key-point). Move slowly back up to the Uto point (18).

10

Shidachi — Désengagez simultanément à Uchidachi pour prendre Hiki otoshi no kamae (9). Ecrasez l'attaque de Uchidachi d'un puissant Hiki otoshi uchi sans avancer le pied droit (mais en utilisant néanmoins les hanches) en direction du point Uto de Uchidachi et dans un angle Shômen (10 et 11). Lâchez le Jo de votre main gauche en reculant en Tsugi ashi (12) prêt pour un Kuri tsuke (13 et 14). Avant que Uchidachi ne désengage, glissez votre main droite à l'extrémité avant du Jo pour contrôler la main gauche de Uchidachi, et frappez le d'un Honte uchi en travers de son Suigetsu, dans un angle Kesa giri (15 à 17 et point-clé). Remontez lentement au point Uto (18).

Uchidachi — Désengagez et prenez Hasso no kamae (9), coupez cette fois le cou de Shidachi dans un angle Kesa giri ; attention au contrôle foudroyant du Jo dans les points 10 et 11. Désengagez à nouveau, toujours en Hasso (12). Coupez le point Tentô dans un angle Shômen (13), absorbez le Kuri tsuke (14) et n'oubliez pas d'expirer lorsque le Jo entre en contact avec votre Suigetsu (15 à 17). Lors de cette technique, évitez tout mouvement d'appréhension.

Uchidachi — Disengage and take Hasso no kamae (9) and this time cut Shidachi's neck through a Kesa giri angle; beware the lightning control of the Jo at points 10 and 11. Withdraw again, once more in Hasso no kamae (12). Cut the Tentô point through a Shômen angle (13), absorb the Kuri tsuke (14) and remember to exhale as the Jo strikes your Suigetsu (15 to 17). During this movement, do not show any sign of apprehension.

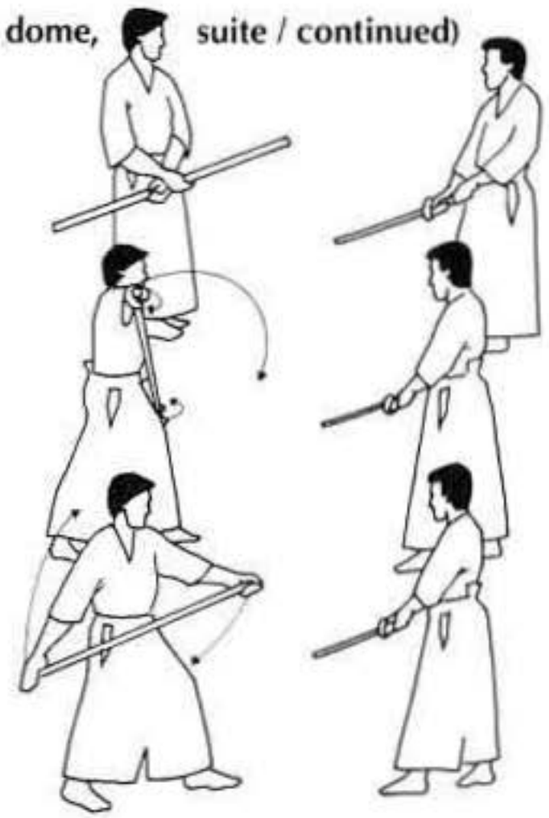
Détails des points 15 à 17 (Shidachi)

Lorsque vous avez effectué le contrôle de Kuri tsuke, rapprochez-vous aussitôt de Uchidachi (un léger Tai atari latéral et le pied droit sur le pied gauche de Uchidachi ne sont pas exclus). Il est important de garder le contrôle sur le poignet de Uchidachi le plus longtemps possible de façon à ce qu'aussitôt ce contrôle abandonné, le Monouchi de l'autre extrémité du Jo frappe en travers du Suigetsu de Uchidachi. Dans le cas d'un Uchidachi de sexe féminin, veillez à effectuer ce Honte uchi dans un angle Yokoguruma de façon à éviter que l'extrémité du Jo ne blesse son sein droit. Référez-vous également au point-clé ci-contre.

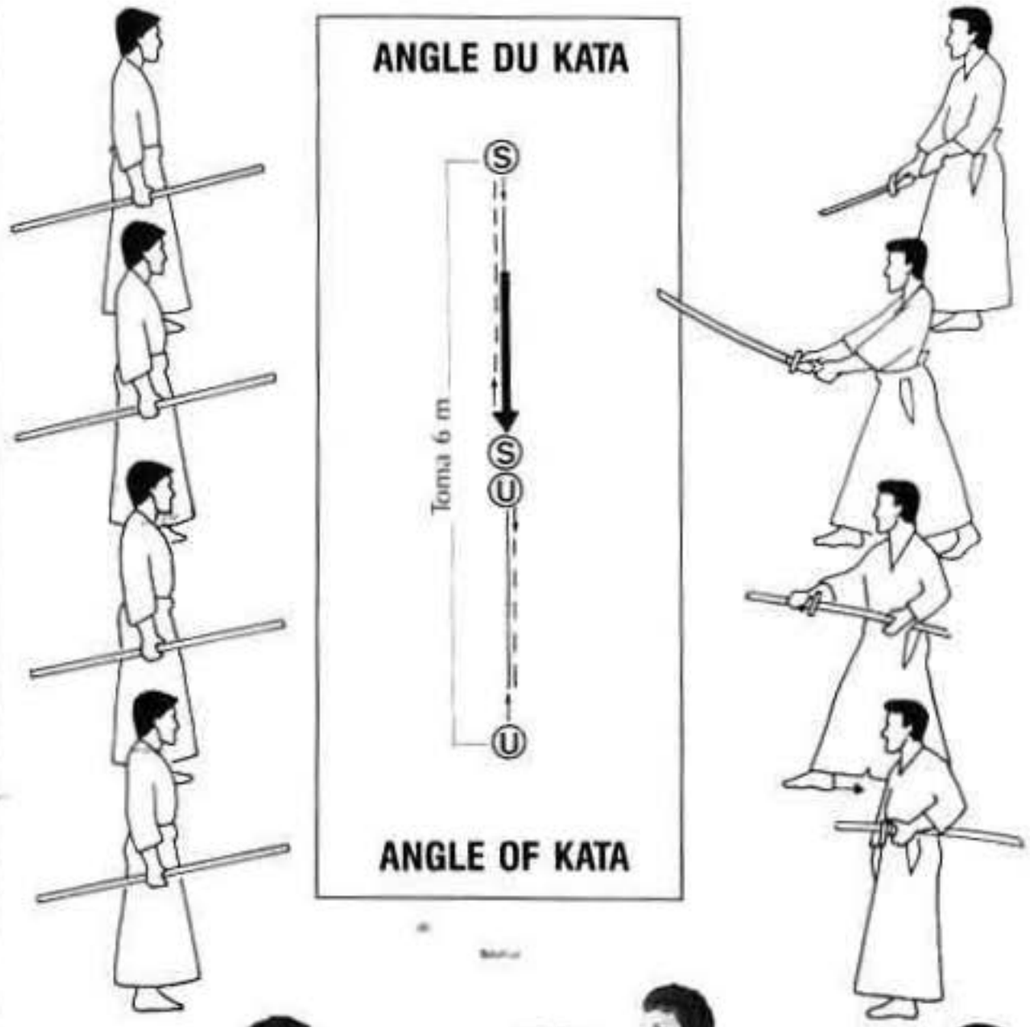
Details of points 15 to 17 (Shidachi)

When you have controlled the Kuri tsuke, immediately move in close to Uchidachi (a slight lateral Tai atari and the right foot on Uchidachi's left foot are not forbidden). Maintain the control on Uchidachi's wrist as long as possible so that, as soon as it is released, the Monouchi of the other end of the Jo strikes across Uchidachi's Suigetsu. If this Honte uchi is carried out against a female Uchidachi, give it through a Yokoguruma angle so that the Jo does not injure her right breast. See also the key-point opposite.

(Yokogiri dome, suite / continued)

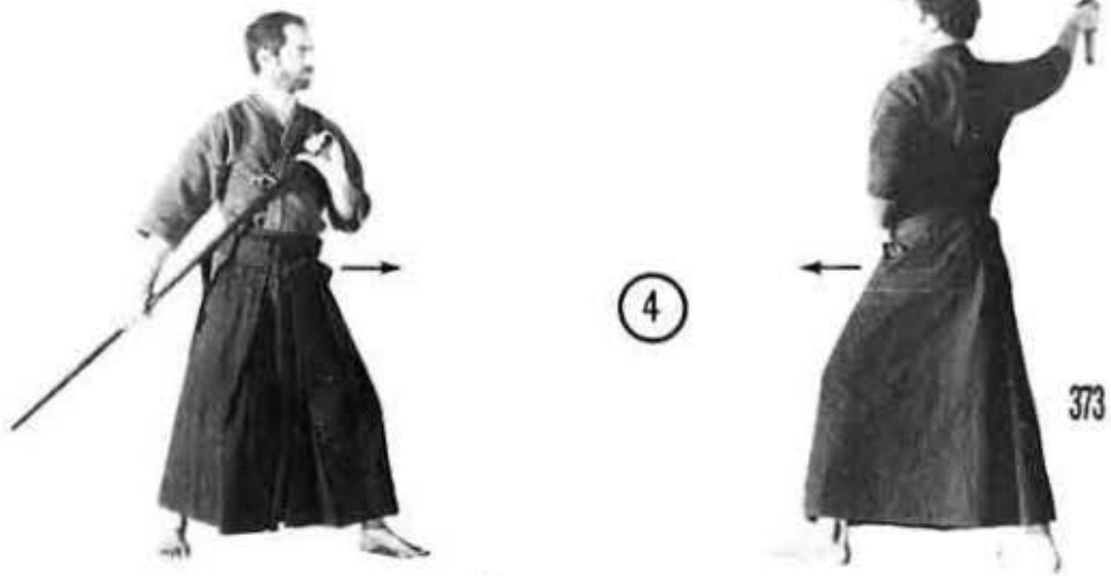


harai dome



HARAI DOME : arrêt d'une coupe transversale. Constitué des mêmes éléments qui forment une partie de Shin shin, Harai dome, en isolant cette technique difficile, permet de mieux la maîtriser. Il est bon que le Shûgyôsha mette cette répétition à profit pour affiner cette technique car elle est une composante de Ran-ai.

HARAI DOME : blocking a transversal cut. Harai dome is made up of the same elements as part of Shin shin. The singling out of this difficult technique allows the Shûgyôsha to master it better. He should use this welcome duplication to refine the technique because it is a component of Ran-ai.



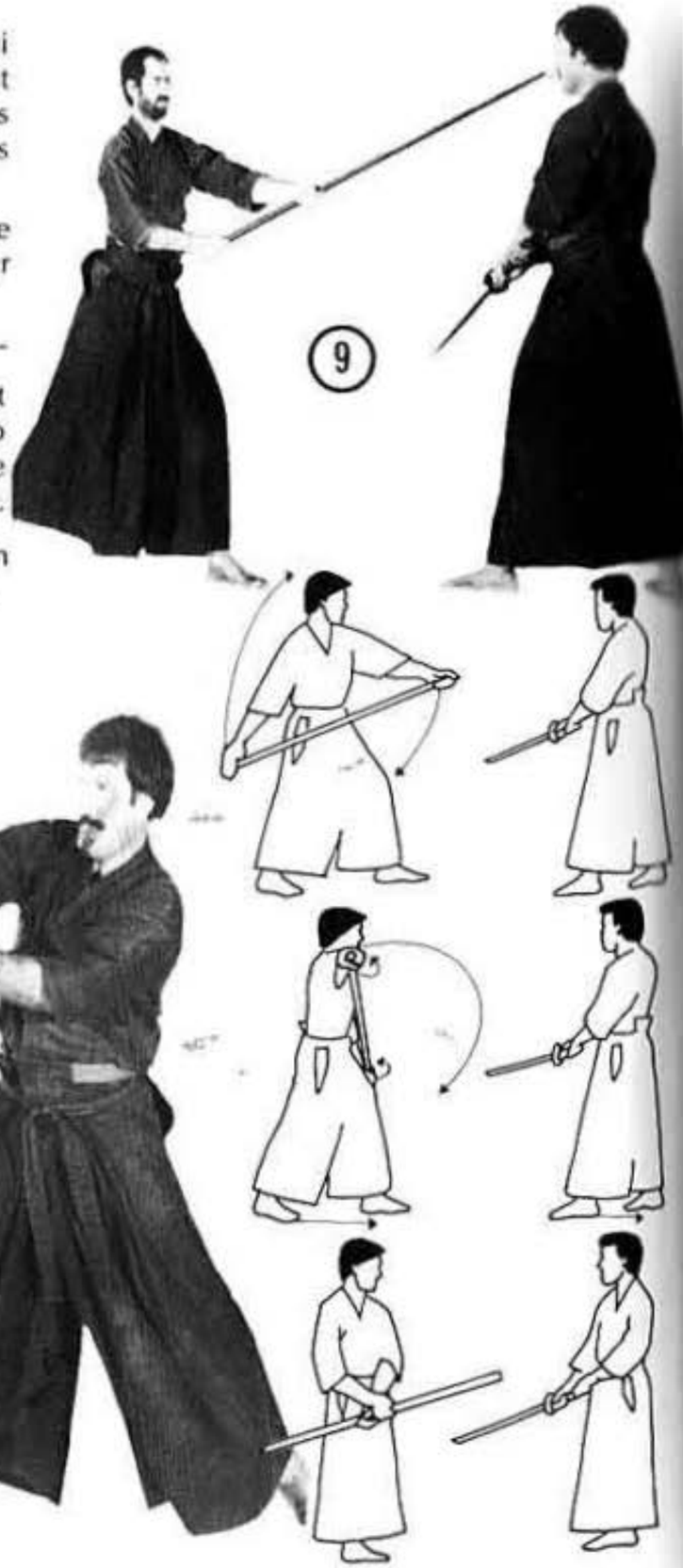
払 笛

Shidachi — Procédez comme pour Oshi zume mais c'est l'extrémité du Jo qui se trouve près du point Uto de Uchidachi qui va cette fois contrôler le point Inazuma de ce dernier (1 à 3). Le contrôle se fait depuis le côté et non par-dessous comme c'était le cas dans Oshi zume. Le reste du Kata ne diffère pas des points 5 à 13 de Shin shin.

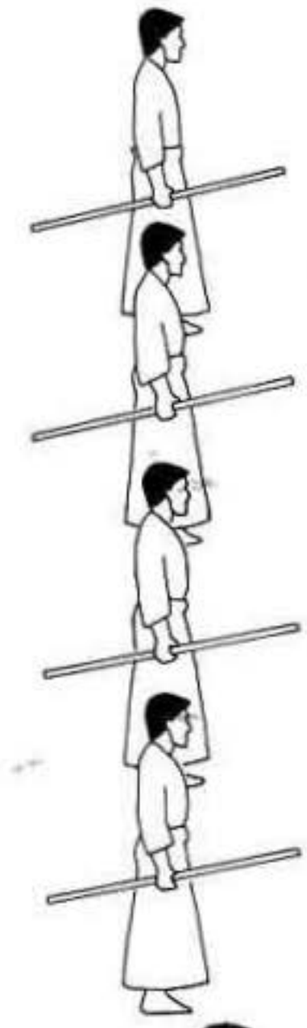
Uchidachi — Procédez comme pour Oshi zume pour les points 1 à 4, et comme pour Shin shin pour les points 5 à 8. Désengagez lentement au point 9 pour prendre la position Hodoku.

Shidachi — Proceed as for Oshi zume, but this time it is the end of the Jo that lies close to Uchidachi's Uto point which will control his Inazuma point (1 to 3). Control is therefore made from the side and not from above as was the case in Oshi zume. The rest of the Kata is the same as Shin shin from points 5 to 13.

Uchidachi — Proceed as for Oshi zume for points 1 to 4, and as for Shin shin for points 5 to 8. Withdraw slowly at point 9 to take the Hodoku position.

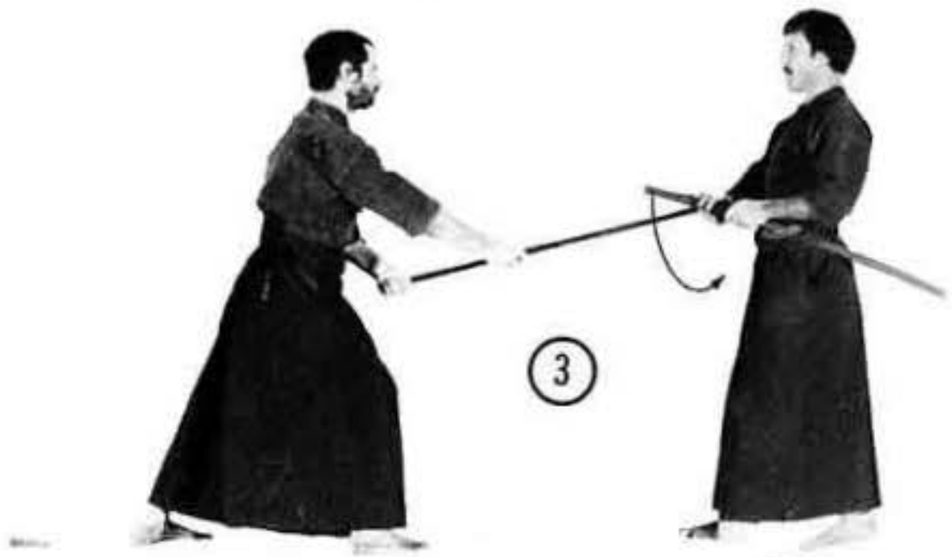


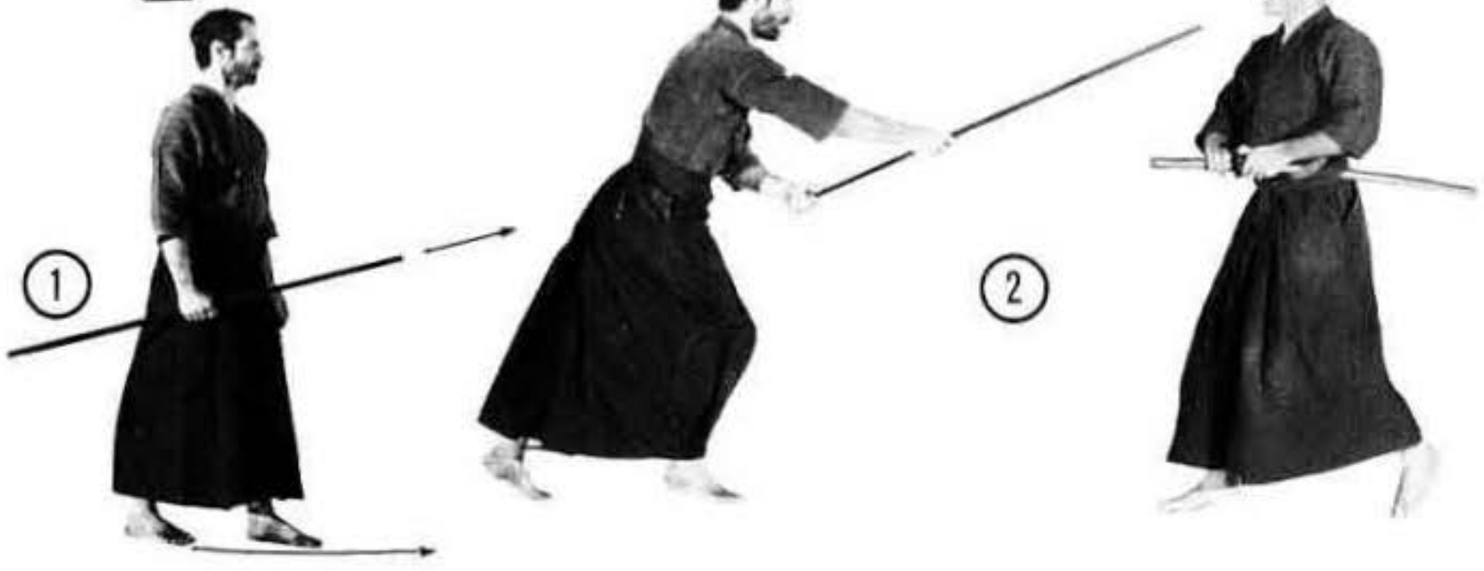
(Harai dome, suite / continued)

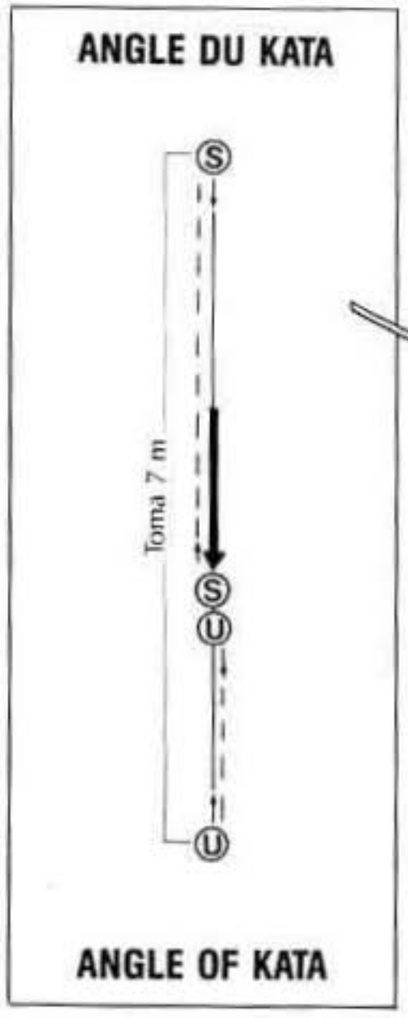


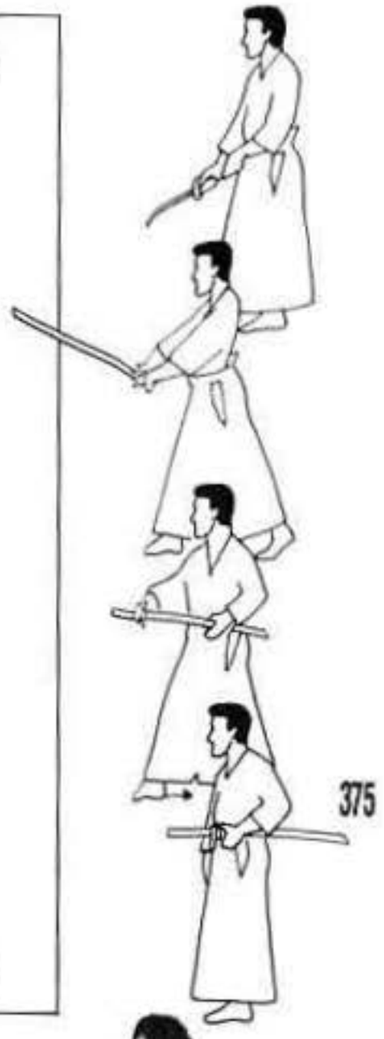
SEIGAN : droit dans les yeux. Dernière technique de Chûdan, Seigan va droit au but. Une succession rapide de trois techniques quelque peu inédites permettent à Shidachi de disposer de son adversaire. Il est à noter qu'au point 7 la version de Seigan Kendô Renmei Jodô Seiteigata est indiquée. (Voir note page 314).

SEIGAN : right in the eyes. Seigan is the last technique of Chûdan and goes straight to the point. A rapid sequence of three rather new techniques allows Shidachi to get the better of his opponent. Note that at point 7, the Seigan Kendô Renmei Jodô Seiteigata version is given. (See note on page 314).

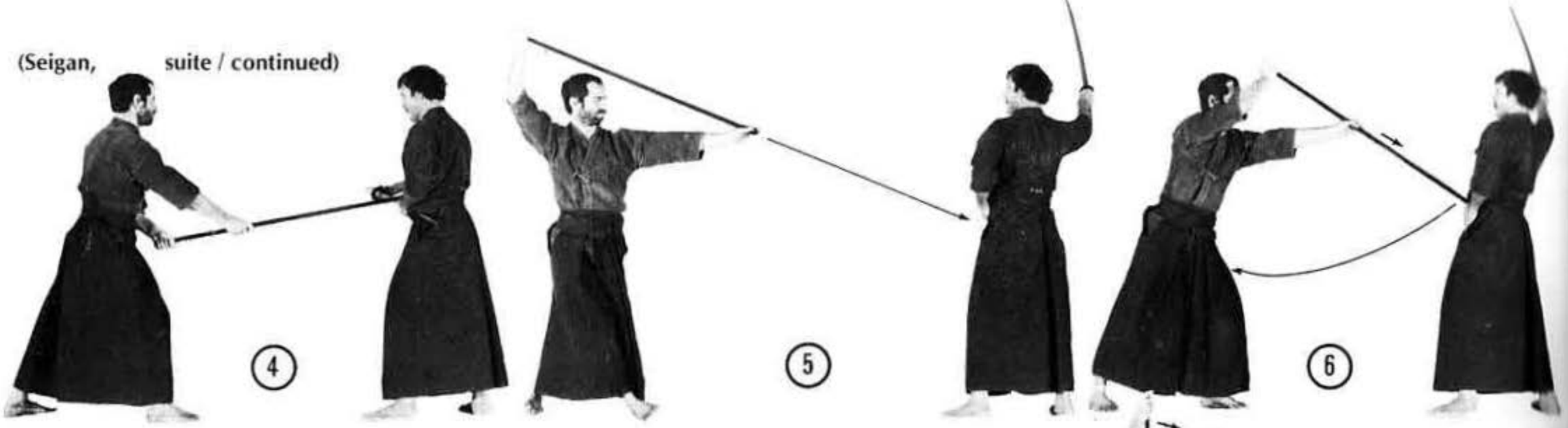








清眼



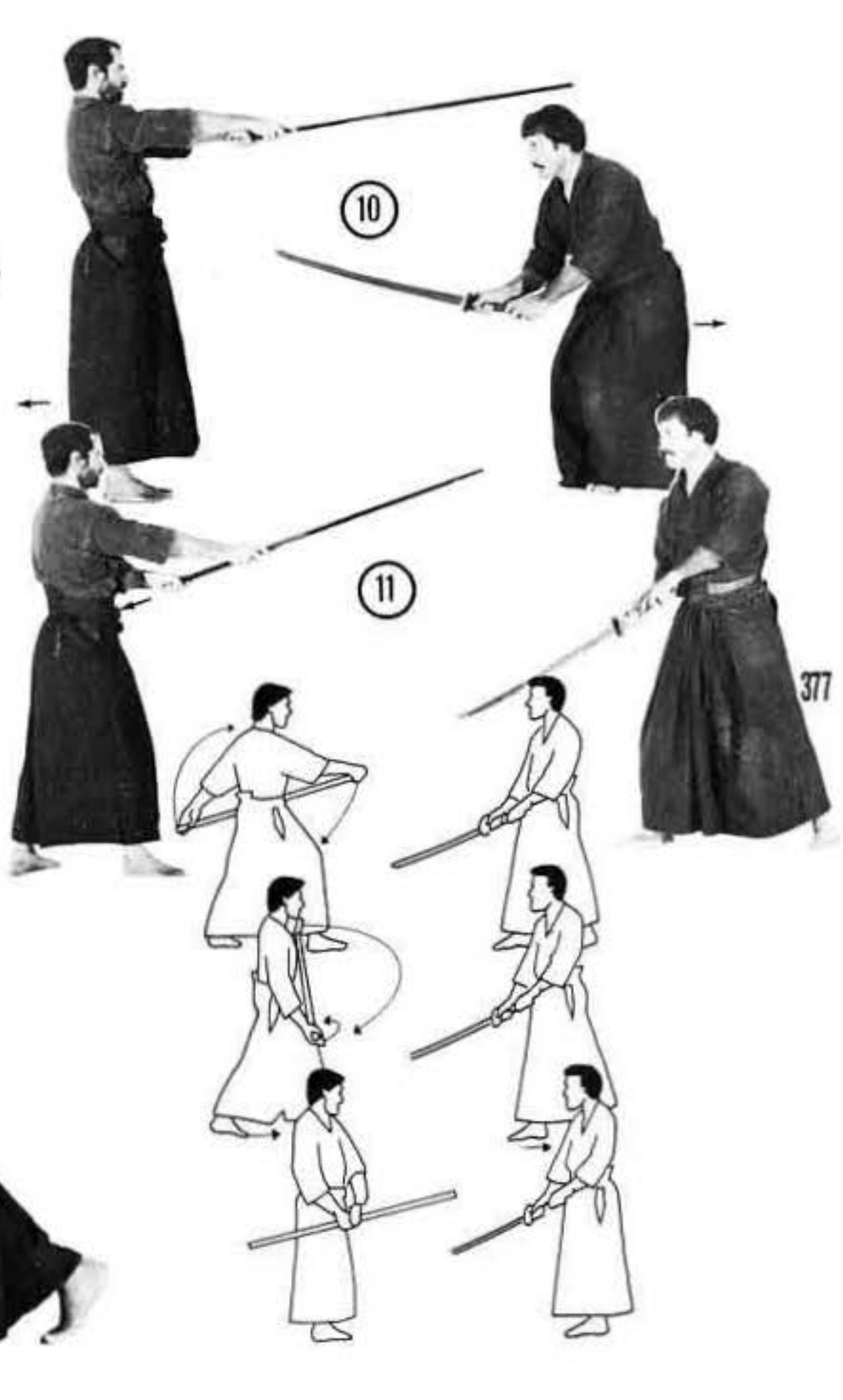
Shidachi — Avancez vers Uchidachi (1). A la distance adéquate, placez votre main gauche derrière la droite et procédez comme pour le contrôle initial de Ichi riki, mais de l'autre côté (2 et 3). Aussitôt que Uchidachi dégaine, faites Gyakute tsuki en direction de son point Inazuma gauche (4 à 6). Evitez la coupe en joignant prestement vos pieds vers l'arrière, le Jo vertical devant vous (7) et, dans le même mouvement, abaissez la main droite en remontant la gauche jusqu'à ce que votre poignet droit entre en contact avec votre main gauche, bloquant ainsi le mouvement. L'extrémité du Jo est au-dessus du point Tentô de Uchidachi et vous vous êtes hissé sur la pointe des pieds pour ajouter plus de puissance à ce mouvement (8 et 9). Reculez ensuite le pied gauche et contrôlez, de loin, le point Uto de Uchidachi en Honte no kamae (10 et 11).

Uchidachi — Après le contrôle de Shidachi, dégainez par-dessous le Jo (4 à 6) et coupez le bras gauche de Shidachi dans un angle Kesa giri, sans avancer le pied droit et en baissant sensiblement votre centre de gravité (7 à 9). Joignez les pieds vers l'avant, toujours baissé, et reculez le pied gauche pour prendre la position Hodoku (10 et 11).

Shidachi — Move towards Uchidachi (1). At the proper distance, place your left hand behind the right and proceed as for the first control of Ichi riki, but on the other side (2 and 3). As soon as Uchidachi draws, apply the Gyakute tsuki against his left Inazuma (4 to 6). Avoid the cut by quickly bringing your feet together backwards, the Jo vertical in front of you, and, in the same movement, lower the right hand and raise the left until your right wrist touches your left hand in a locking action. The end of the Jo is above Uchidachi's Tentô point. You have pulled yourself up on your toes to give more power to this movement (8 and 9). Then move the left foot back and control, from a distance, Uchidachi's Uto point in Honte no kamae (10 and 11).

Uchidachi — After Shidachi's control, draw from under the Jo (4 to 6) and cut Shidachi's left arm through a Kesa giri angle, without moving your right foot forward, and by markedly lowering your centre of gravity (7 to 9). Bring the feet together forward, still stooping, and move the left foot back to take the Hodoku position (10 and 11).

9


10
11

8

ran-ai

L'APOTHÉOSE d'un travail de quatre à cinq ans, Ran-ai est un Kata qui comprend les principales techniques des deux premières séries. C'est une séquence magnifique où la symétrie et l'asymétrie s'équilibrent. L'initiative de l'attaque change de camp à plusieurs reprises, et Uchidachi regagne le terrain perdu pour le perdre encore. Contrôles, blocages, coups d'estoc, désengagements et coups se succèdent avec une rapidité et une intensité qui impressionnent toujours le débutant.

Ran-ai (harmonie dans le désordre) est le Kata le plus important de Shindô Musô Ryû. Outil de travail par excellence, il requiert toutes les qualités que l'on demande à ce stade: une bonne condition physique, de bons Kiai (Shidachi a entre 10 et 14 occasions de Kiai), une technique rapide, fluide, et d'une grande précision. La rapidité même à laquelle se succèdent les techniques nécessite un esprit de décision et des réflexes qui proviennent plus des centres moteurs que de la mémoire.

Ran-ai est un Kata qui figure dans toute démonstration. Il est obligatoirement au programme de tout examen à partir du niveau de Shodan (1 Dan).

*L'eau est maintenant en pleine ébullition. Les dernières impuretés sont éliminées.**

---

* L'analogie avec l'impureté de l'eau et les imperfections techniques contredit le dicton «le poisson ne peut vivre dans l'eau pure!». Quand vous lisez impureté et imperfection, comprenez impureté mettant la santé du poisson en danger; imperfection technique pouvant mettre la santé du pratiquant en danger. Il est bien certain qu'une technique parfaite est une technique réussie; elle n'est pas nécessairement dépersonnalisée, bien au contraire...

乱合

Ran-ai

RAN-AI is the crowning of four to five years' training. It is a Kata which comprises the main techniques encountered in the two previous series, where symmetry and asymmetry are in equilibrium. The initiative swings from one side to the other several times and Uchidachi makes up some of the ground lost, only to lose it one more time. Controls, blocks, thrusting blows, disengagements, slashing movements flash by at a rate and intensity which never fail to impress a beginner.

Ran-ai (harmony in turbulence) is the most important Kata in Shindô Musô Ryû. It is a perfect work tool and requires all the qualities needed at this stage: fitness, good Kiai (Shidachi has 10 to 14 opportunities for Kiai), a rapid and fluent technique allied with great accuracy. The sheer speed necessary for executing the techniques demands a decisive mind and reflexes which originate more from instinct than memory.

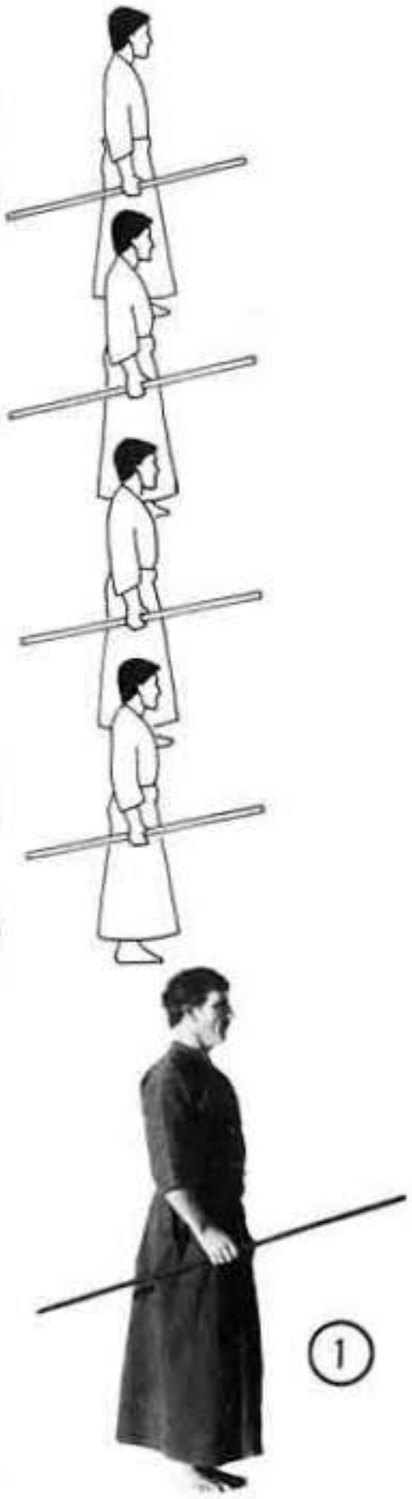
Ran-ai is performed at every demonstration. It invariably figures in all exams from the Shodan (1 Dan) level up.

*The water is boiling now. The last impurities are eliminated.**

---

* The analogy made between the impurity of water and technical imperfections contradicts the dictum "the fish cannot live in pure water". By impurity, understand a danger to the fish's life, and take imperfection to represent a technical imperfection which could endanger the trainee's health. It is clear that a perfect technique is a successful one; it is not necessarily impersonal, quite the contrary...

乱合 大太刀 ran-ai (odachi)

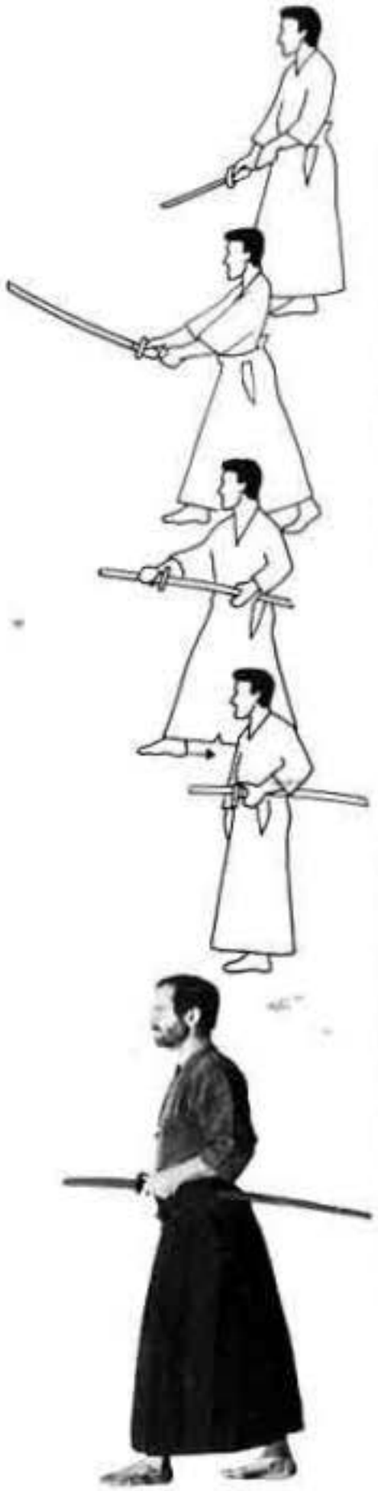


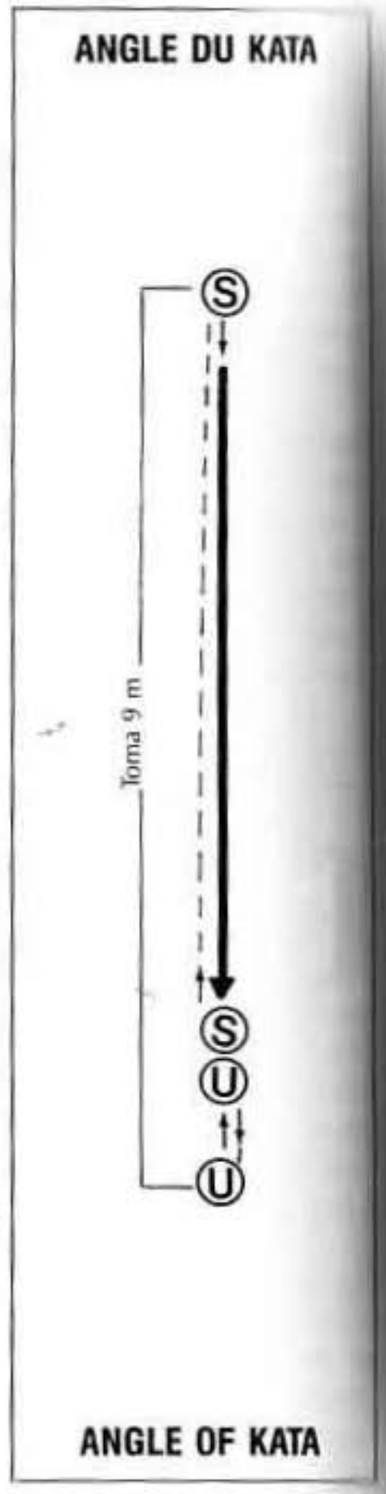
①

②

③

④





5

Le début — Pour les points 1 à 6, veuillez vous référer à Oshi zume de la série Chûdan. Shin shin ou Harai dome vous ont déjà décrit, dans le détail, les points 7 à 13, alors que les points 14 à 21 forment la partie initiale de Yokogiri dome. La deuxième partie de Ran-ai comporte plusieurs techniques inédites. Les séquences de ces techniques sont accompagnées d'explications plus détaillées dans les pages suivantes.

The beginning — For points 1 to 6, refer to Oshi zume of the Chûdan series. Shin shin or Harai dome give the details of the points 7 to 13, whilst points 14 to 21 form the first part of Yokogiri dome. The second part of Ran-ai includes several new techniques. More detailed explanations of the sequence of these techniques are given on the following pages.

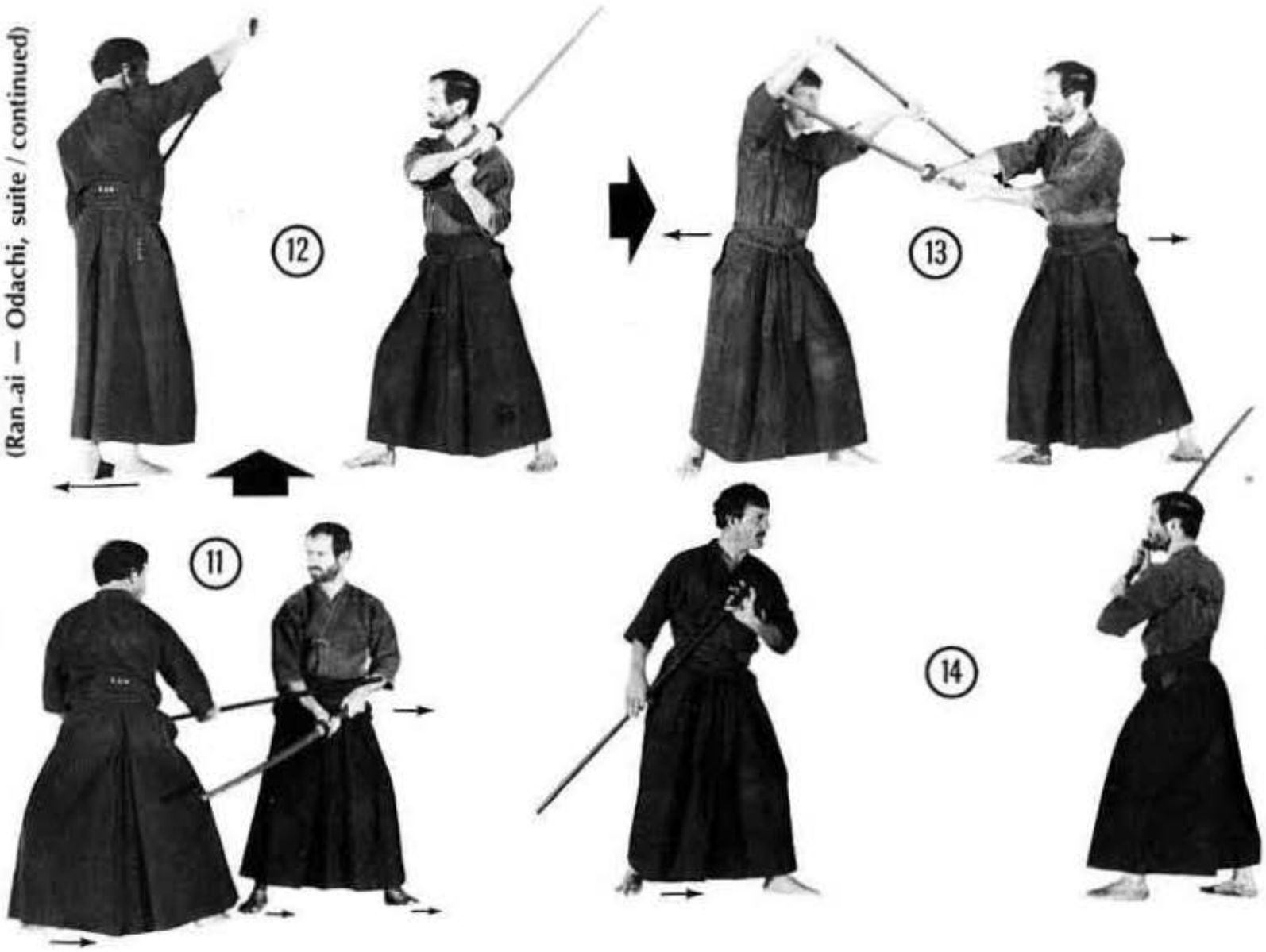
10

9

6

7

8



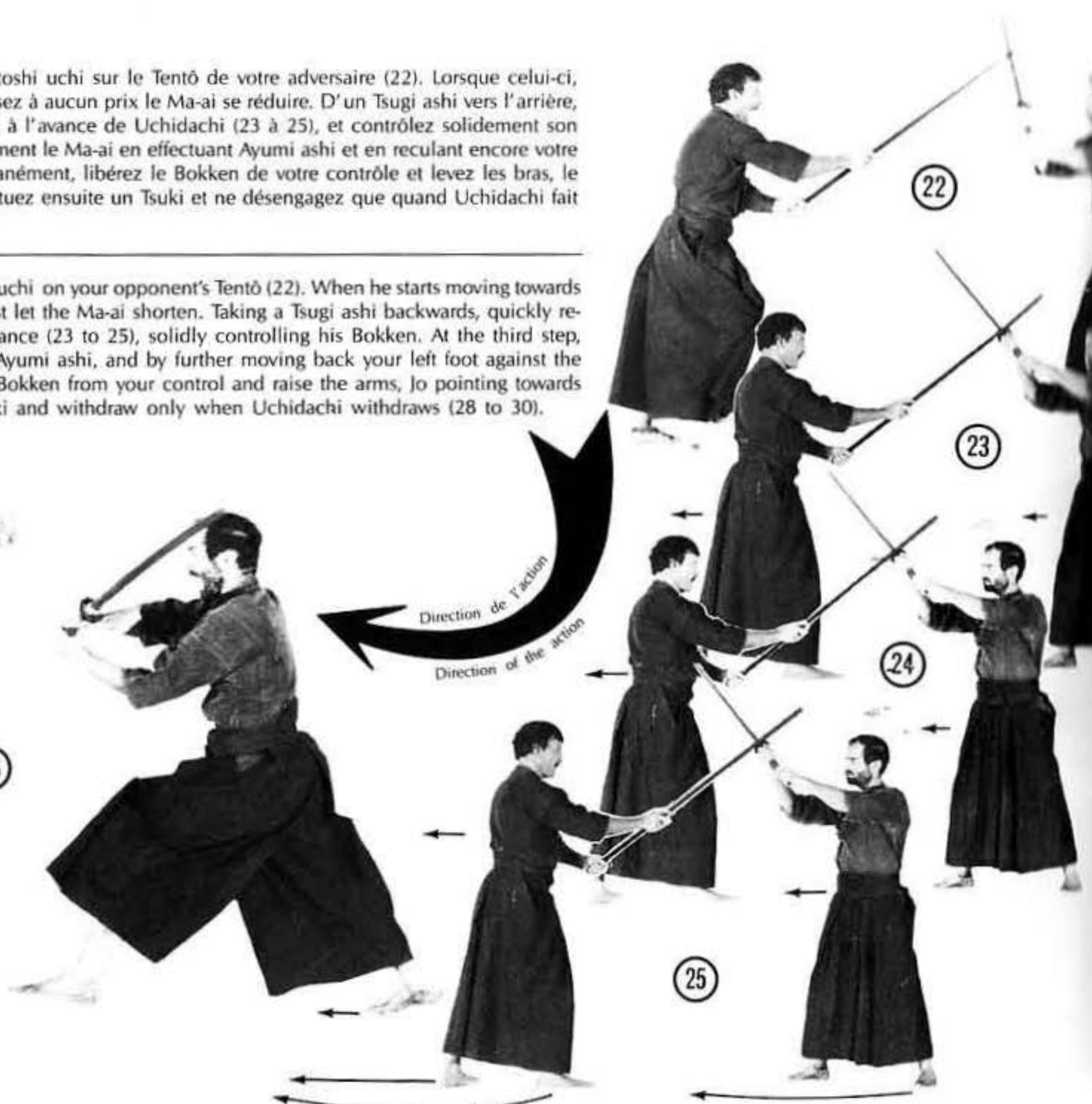
NOTE — Les points 1 à 21 rassemblent les techniques partielles de trois Kata de Chûdan. Shidachi, et Uchidachi doivent veiller à ce que ces trois séquences, autrefois isolées, forment maintenant un tout, sans que le rythme ne se relâche.

NOTE — Points 1 to 21 bring together the partial techniques of three Kata of Chûdan. Shidachi and Uchidachi must make sure that these formerly separate sequences now form a unit, without a break in the rhythm.

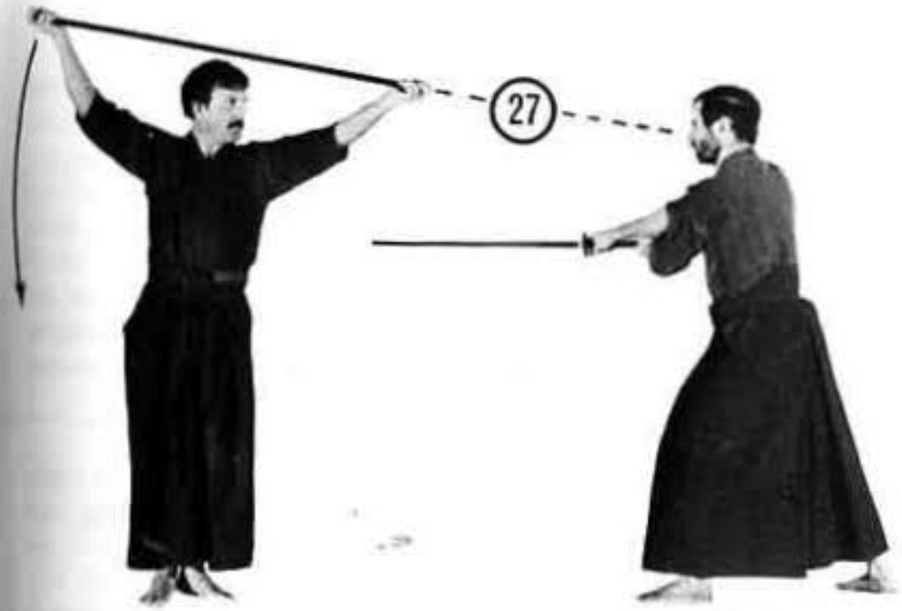
19
18
17
20
21

Shidachi — Au point 21, effectuez un Hiki otoshi uchi sur le Tentô de votre adversaire (22). Lorsque celui-ci, après l'avoir absorbé, avance vers vous, ne laissez à aucun prix le Ma-ai se réduire. D'un Tsugi ashi vers l'arrière, rétablissez aussitôt la distance, simultanément à l'avance de Uchidachi (23 à 25), et contrôlez solidement son Bokken. Au troisième pas, élargissez soudainement le Ma-ai en effectuant Ayumi ashi et en reculant encore votre pied gauche contre le droit (26 et 27). Simultanément, libérez le Bokken de votre contrôle et levez les bras, le Jo dirigé vers le point Uto de Uchidachi. Effectuez ensuite un Tsuki et ne désengagez que quand Uchidachi fait de même (28 à 30).

Shidachi — At point 21, carry out a Hiki otoshi uchi on your opponent's Tentô (22). When he starts moving towards you, after absorbing the blow, don't at any cost let the Ma-ai shorten. Taking a Tsugi ashi backwards, quickly re-establish the distance during Uchidachi's advance (23 to 25), solidly controlling his Bokken. At the third step, suddenly increase the Ma-ai by carrying out Ayumi ashi, and by further moving back your left foot against the right (26 and 27). At the same time, free the Bokken from your control and raise the arms, Jo pointing towards Uchidachi's Uto point. Then carry out a Tsuki and withdraw only when Uchidachi withdraws (28 to 30).

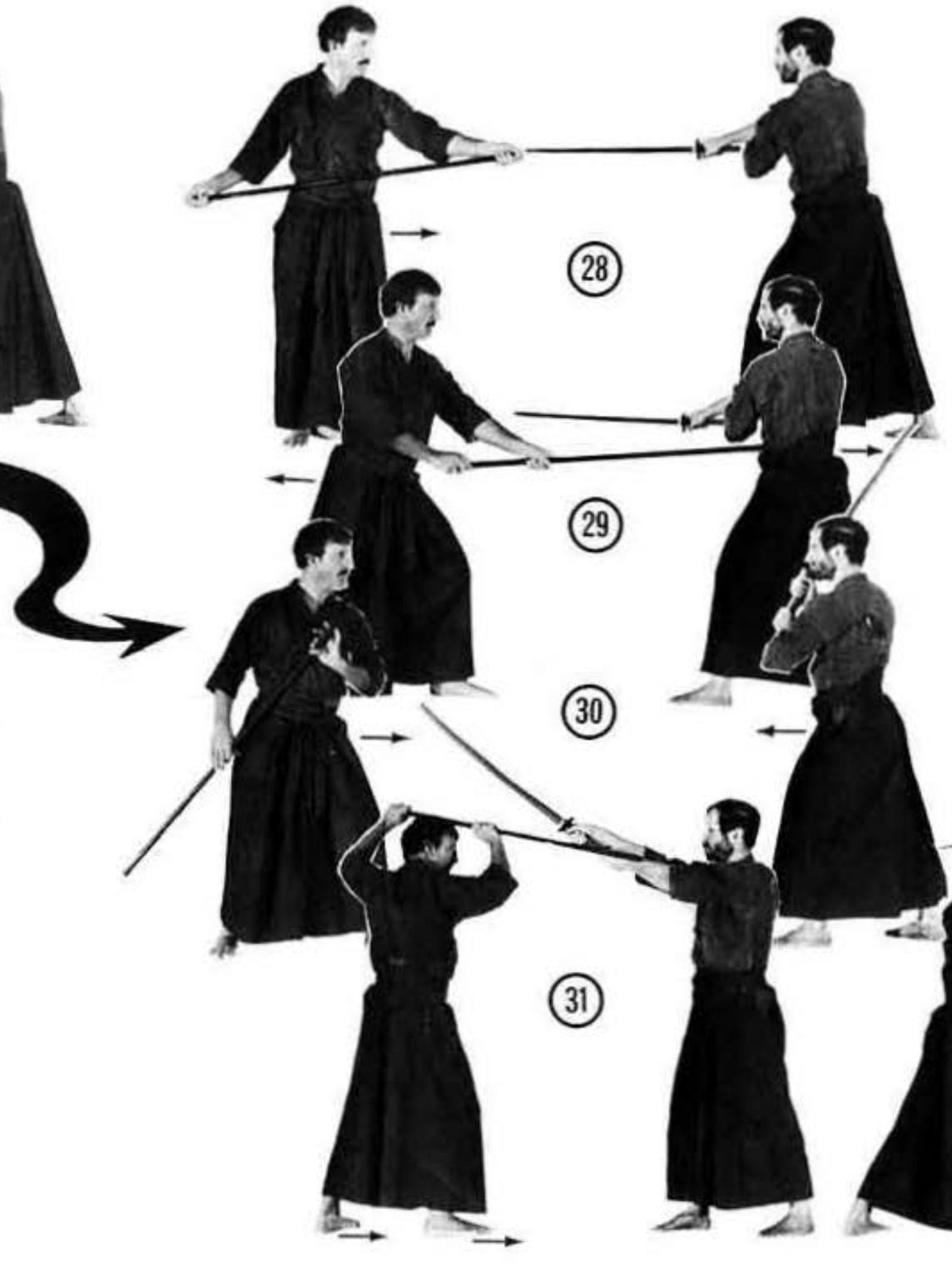


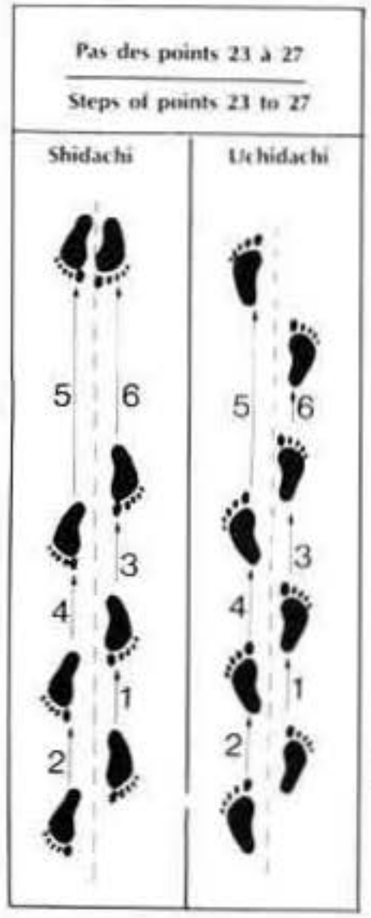
(Ran-ai — Odachi, suite / continued)

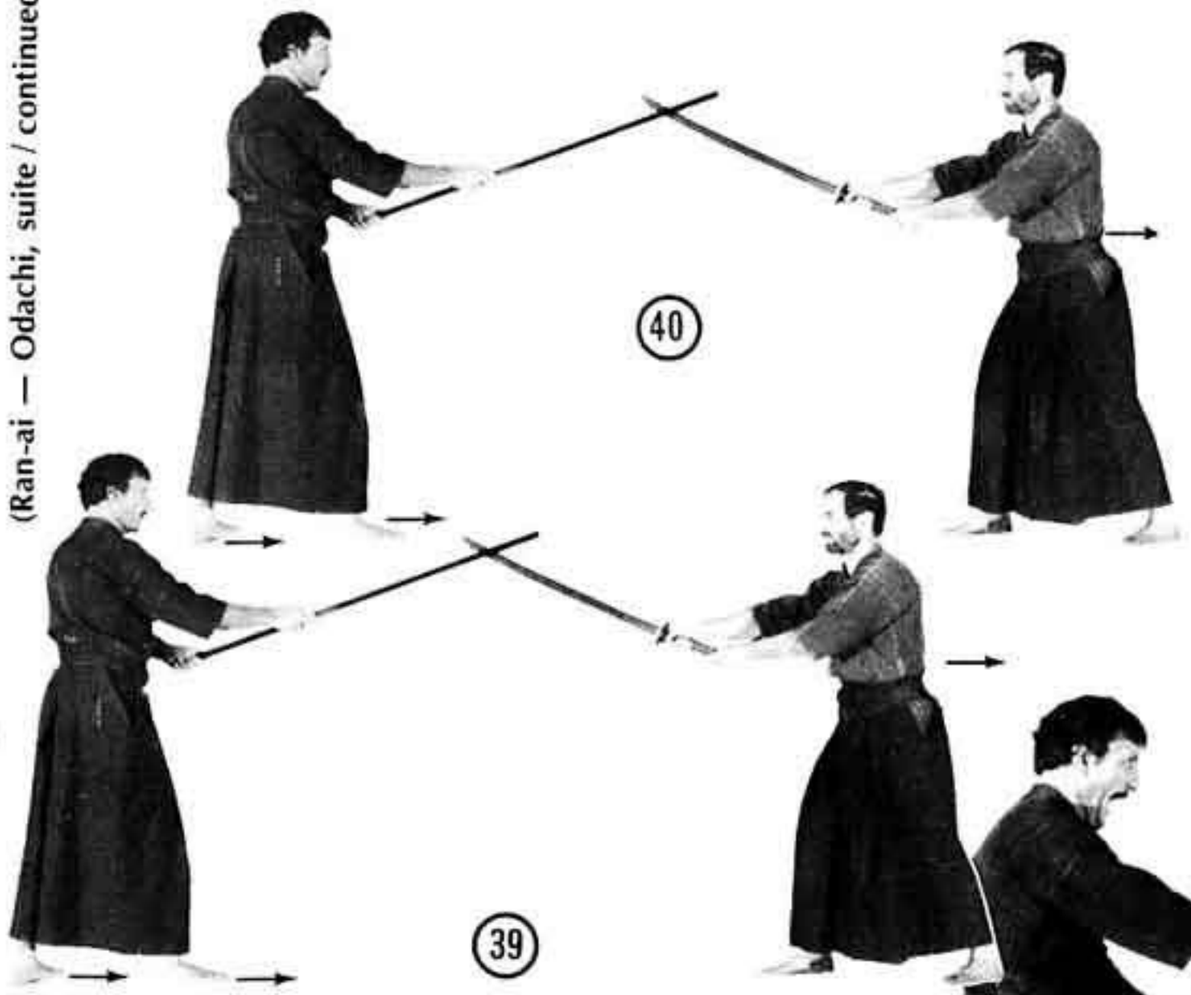


Uchidachi — Au point 21, Shidachi prend l'initiative en vous attaquant d'un Hiki otoshi uchi que vous absorbez en reculant le pied gauche (22 et 23). Avancez ensuite à deux reprises en Tsugi ashi pour tenter de réduire le Ma-ai et d'affaiblir ainsi le contrôle du Jo (24 et 25). Lorsque Shidachi libère votre arme, coupez aussitôt sa partie abdominale, dans un angle Yokoguruma, avec un grand pas du pied gauche (26 et 27). Absorbez légèrement le Tsuki d'un léger Tsugi ashi (28 et 29), puis désengagez d'un grand Tsugi ashi (30) pour revenir couper le point Tentô de Shidachi dans un angle Shômen (31).

Uchidachi — At point 21, Shidachi takes the initiative by attacking you with a Hiki otoshi uchi that you absorb by moving back the left foot (22 and 23). Then move forward twice in Tsugi ashi to try to reduce the Ma-ai and thus weaken the control of the Jo (24 and 25). When Shidachi frees your weapon, immediately cut across his trunk through a Yokoguruma angle, by taking a big step with the left foot (26 and 27). Lightly absorb the Tsuki with a very slight Tsugi ashi (28 and 29), then withdraw with a large Tsugi ashi (30) to return to cut Shidachi's Tentô point through a Shômen angle (31).







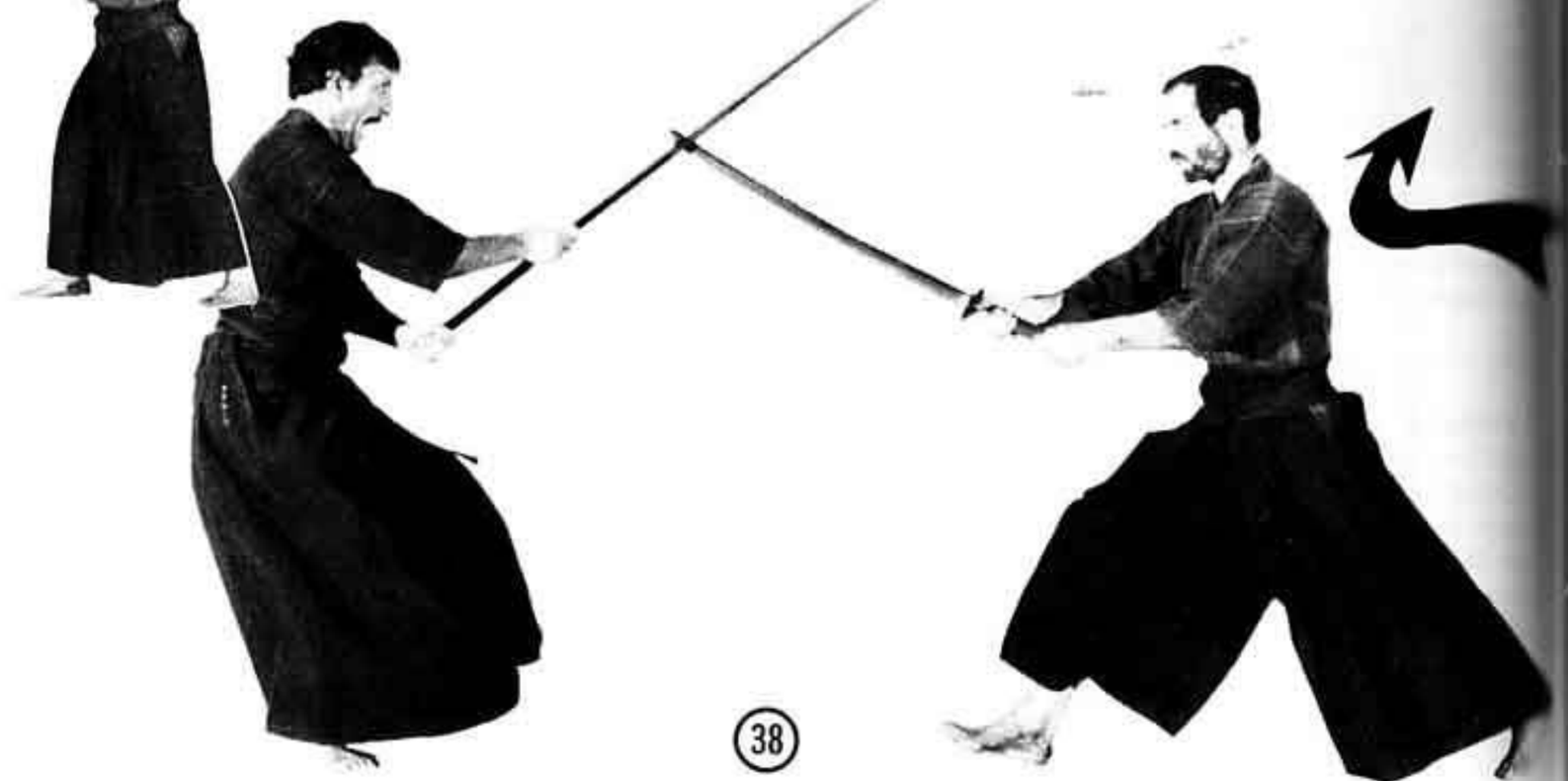
Shidachi — Effectuez Kuri hanashi (31 à 34), évitez le Kesa giri de Uchidachi au dernier moment en reculant en Hiki otoshi no kamae (35 à 37), puis contrôlez le Tsuki d'un preste Hiki otoshi uchi en reculant (38 et 39). Suivant l'adversaire, ces deux attaques peuvent être extrêmement rapides; soyez donc prêt pour une manipulation très leste du Jo dans les points 35 à 39. Reprenez maintenant l'initiative du Kata en avançant sur Uchidachi en Tsugi ashi (40).

Uchidachi — Lorsque vous subissez le Kuri hanashi, gardez votre tête tournée vers Shidachi, le Bokken nonchalamment

---

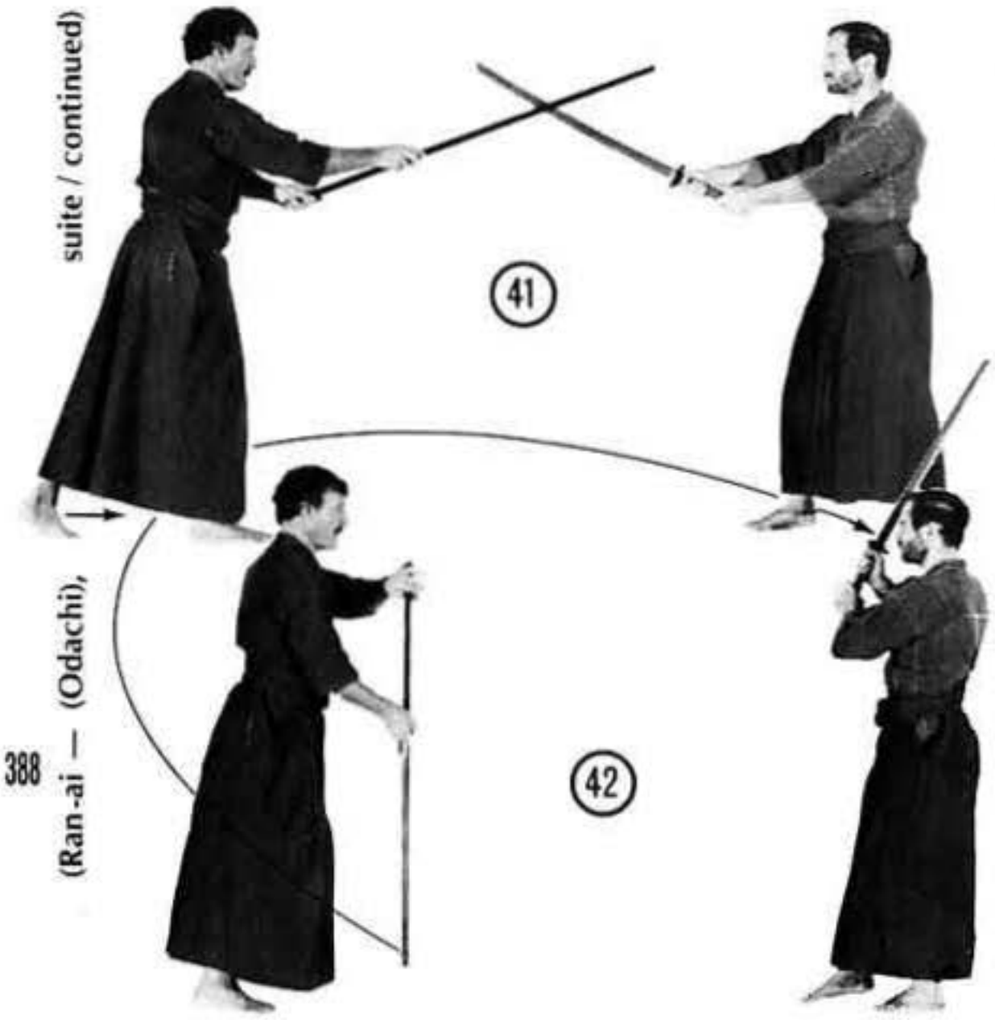
Shidachi — Carry out Kuri hanashi (31 to 34), avoid Uchidachi's Kesa giri at the last moment by moving back in Hiki otoshi no kamae (35 to 37), then control the Tsuki with a quick Hiki otoshi uchi while moving back (38 and 39). Depending on the Uchidachi, these two attacks can be very fast; be therefore ready to handle the Jo very loosely at points 35 to 39. Now take the initiative of the Kata by moving on Uchidachi in Tsugi ashi (40).

Uchidachi — When you are absorbing the Kuri hanashi, keep your head turned towards Shidachi, Bokken loosely held in your right hand (33 to 35), then, suddenly,



tenu dans la main droite (33 à 35), puis, soudainement, tranchez la main droite de Shidachi d'un large Kesa giri, en pivotant sur vos hanches mais sans avancer le pied droit (36 à 37), pour aussitôt tenter un Tsuki dynamique vers le point Uto de Shidachi (38 et 39). C'est à vous, maintenant, d'empêcher que le Ma-ai ne se réduise quand Shidachi avance (40).

slice Shidachi's right hand with a large Kesa giri, pivoting on your hips, but without moving the right foot forward (36 and 37), and then immediately attempt a dynamic Tsuki towards Shidachi's Uto point (38 and 39). It is now up to you to make sure that the Ma-ai is not decreased when Shidachi moves on you (40).



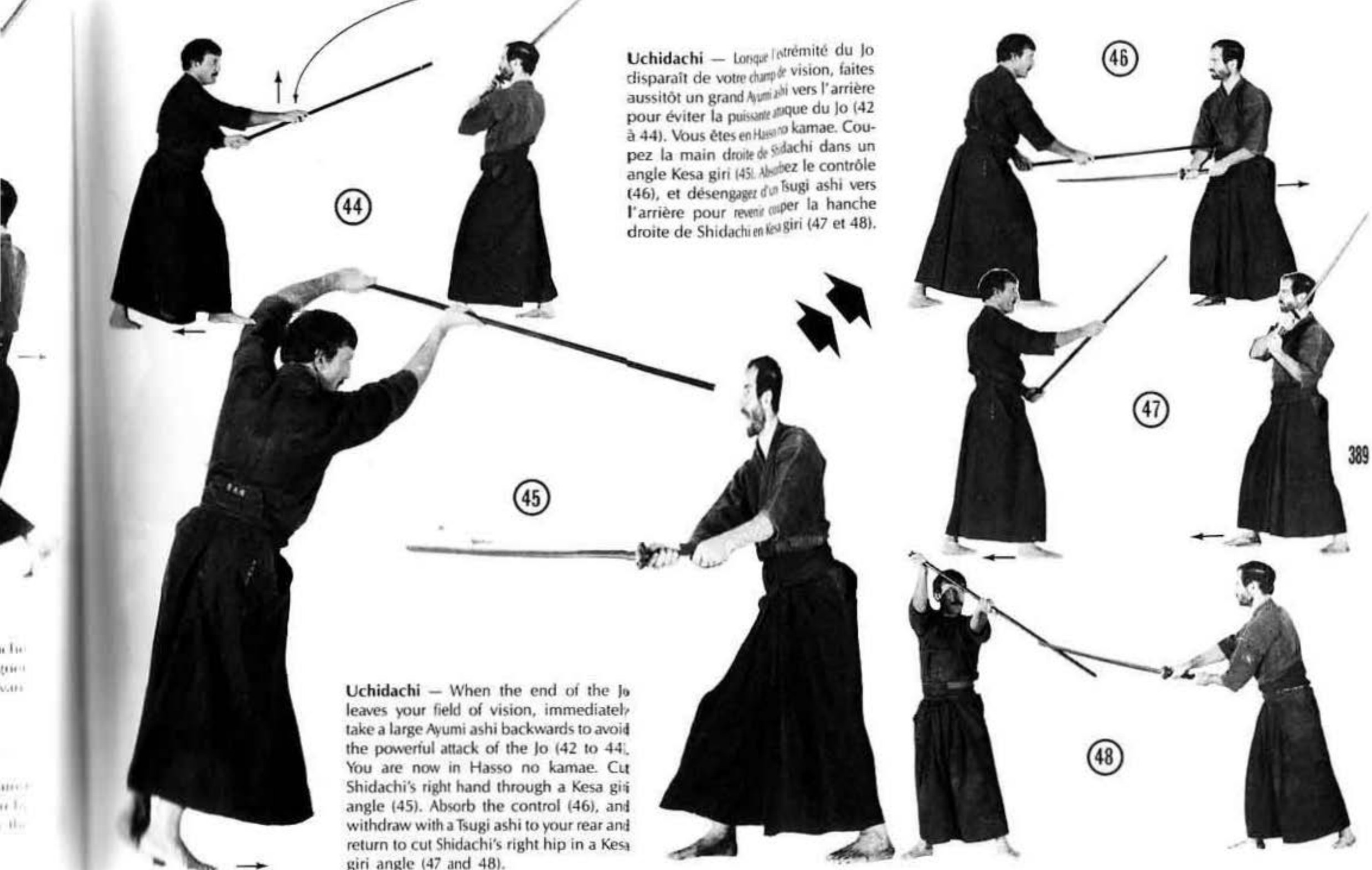
NOTE — L'extrémité du Jo doit rester le plus longtemps possible dans les yeux de Uchidachi pendant cette attaque. Le mouvement entre les points 41 et 44 doit se faire le temps d'un clignement d'yeux.

NOTE — The end of the Jo must stay as long as possible in Uchidachi's eyes during the attack. The movement from point 41 to 44 must be carried out in an eye-blink.

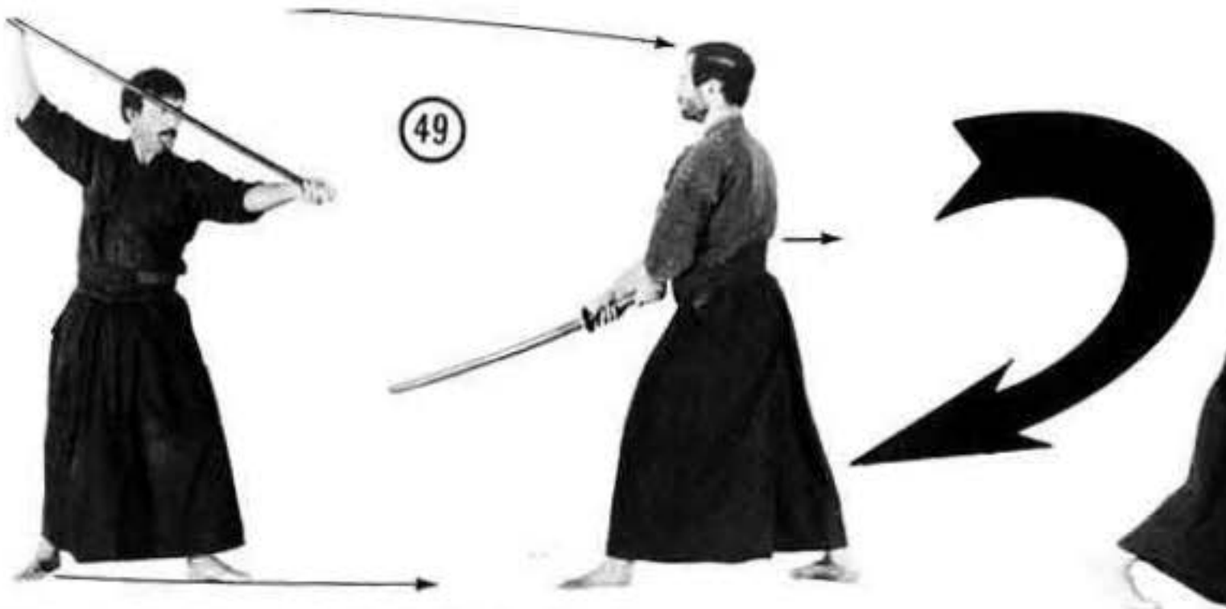
Shidachi — Au point 40, avancez sur Uchidachi en Tsugi ashi. Répétez ce pas encore une fois en allongeant votre Kamae en direction du point Uto de Uchidachi mais sans mettre votre main droite à portée de la Kissaki du Bokken (41). Puis laissez quasiment tomber l'extrémité du Jo (42) pour revenir, dans un puissant cercle vertical sur votre droite, et en avançant le pied gauche, surprendre Uchidachi au niveau Uto (43 et 44). Evitez le Kesa giri de ce dernier en levant très haut les bras et en reculant le pied gauche contre le droit, mais gardez le Jo pointé dans le Uto de Uchidachi, sans vous en éloigner (45). Contrôlez le Suigetsu de Uchidachi en abaissant dynamiquement le Jo et en avançant le pied droit (46) et parez l'attaque suivante avec Dô barai uchi (47 et 48).

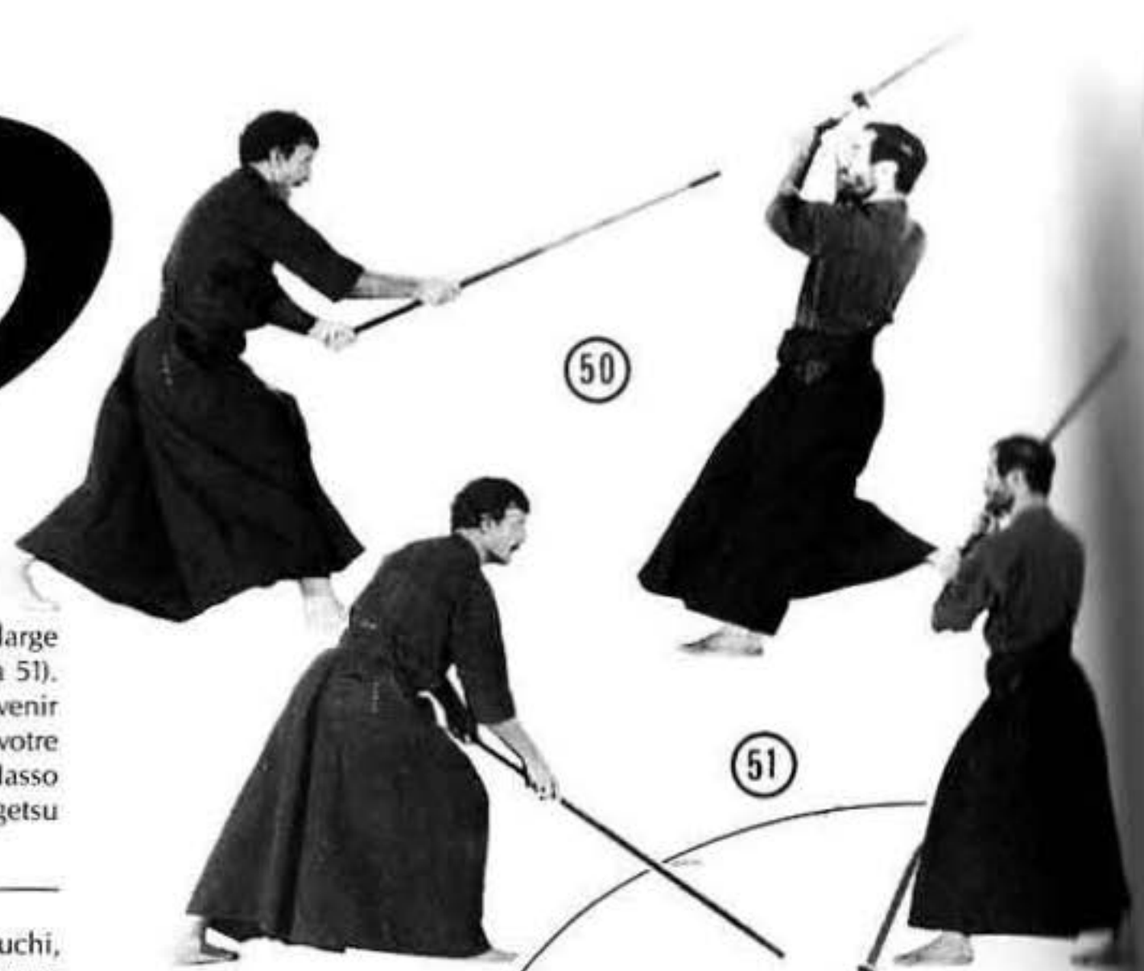
Shidachi — At point 40, you are moving towards Uchidachi in Tsugi ashi. Repeat this step once again, stretching out your Kamae towards Uchidachi's Uto point, but without placing your right hand within range of the Kissaki of the Bokken (41). Then let the end of the Jo practically drop (42) ; with a powerful vertical circle on your right, and by moving the left foot forward, surprise Uchidachi at the Uto level (43 and 44). Avoid his Kesa giri cut by raising the arms very high and by bringing the left foot back against the right, but keep the Jo near Uchidachi's eyes (45). Control Uchidachi's Suigetsu by energetically lowering the Jo and by moving the right foot forward (46), and parry the next attack with Dô barai uchi (47 and 48).

Uchidachi — Lorsque l'extrémité du Jo disparaît de votre champ de vision, faites aussitôt un grand Ayumi ashi vers l'arrière pour éviter la puissante attaque du Jo (42 à 44). Vous êtes en Hasso no kamae. Coupez la main droite de Shidachi dans un angle Kesa giri (45). Absorbez le contrôle (46), et désengagez d'un Tsugi ashi vers l'arrière pour revenir couper la hanche droite de Shidachi en Kesa giri (47 et 48).



Uchidachi — When the end of the Jo leaves your field of vision, immediately take a large Ayumi ashi backwards to avoid the powerful attack of the Jo (42 to 44). You are now in Hasso no kamae. Cut Shidachi's right hand through a Kesa giri angle (45). Absorb the control (46), and withdraw with a Tsugi ashi to your rear and return to cut Shidachi's right hip in a Kesa giri angle (47 and 48).





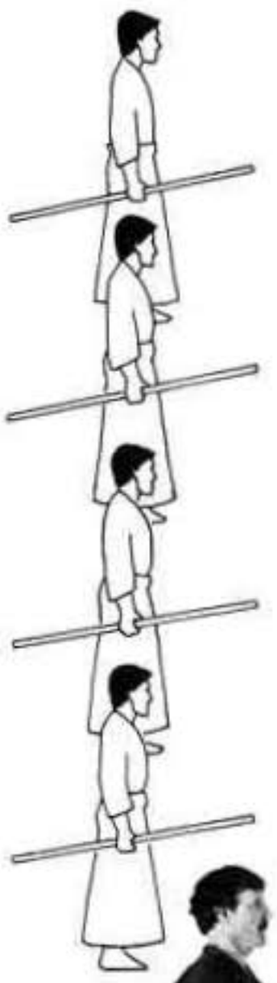
Shidachi — Depuis la position de Dô barai uchi, chassez Uchidachi vers l'arrière d'un large Honte uchi, mais n'y mettez pas trop de puissance car ce mouvement est dangereux (49 à 51). Veillez toutefois à ce que Uchidachi soit assez déséquilibré pour ne pas être à même de revenir trop rapidement. Lors de la dernière coupe, redressez-vous en vous tournant légèrement sur votre gauche et balayez latéralement (à angles droits) le sabre, et finissez votre mouvement en Hasso no kamae (52 à 54). Terminez Ran-ai d'un coup raisonnablement appuyé en travers du Suigetsu de Uchidachi et remontez lentement au point Uto (55 à 57).

Shidachi — From the Dô barai uchi position, chase Uchidachi back with a large Honte uchi, but don't put too much power into it because this movement is dangerous (49 to 51). However, make sure that Uchidachi is sufficiently off balance to be unable to come back too quickly. During the last cut, straighten up by turning a little to your left and brush the sword sideways (at right angles). Finish your movement in Hasso no kamae (52 to 54). End Ran-ai with a firm enough blow across Uchidachi's Suigetsu, and move up slowly to his Uto point (55 to 57).

Uchidachi — Prenez garde à l'initiative de Shidachi au point 49. Jetez-vous littéralement en arrière, en Hasso no kamae (50 et 51). Coupez ensuite dans un angle Shômen et jusqu'au niveau des yeux de Shidachi (52 et 53). Ne résistez pas au choc du point 53, laissez aller le sabre et revenez calmement placer la pointe dans la direction de Shidachi, à hauteur du genou (54 et 55). Expirez et absorbez (56), puis prenez la position Hodoku (57).

Uchidachi — Beware Shidachi's initiative at point 49. Literally throw yourself back in Hasso no kamae (50 and 51), then cut through a Shômen angle not lower than the level of Shidachi's eyes (52 and 53). Don't resist the shock at point 53, let the sword go and return the tip slowly towards Shidachi, at knee-level (54 and 55). Exhale and absorb (56), then take the Hodoku position (57).

乱合 小太刀 ran-ai (kodachi)



RAN-AI (KODACHI)

Ce Kata est pratiquement le même que le précédent. Le début et la fin seuls changent. C'est une nouvelle occasion pour Shidachi et Uchidachi de constater que le Ma-ai reste identique selon que l'on utilise un Odachi ou un Kodachi. La position latérale du corps compense la réduction de la longueur de l'arme. Pour Uchidachi, c'est également une nouvelle expérience. Peu habitué à travailler intensément avec un seul bras, il devra veiller à conserver à toutes les attaques l'ampleur de celles qu'il effectuait avec le Odachi. Il devra également prendre garde au rôle de sa main gauche: bien que oisive, elle doit rester plaquée à la hanche, prête à intervenir. Pour Shidachi, le contrôle initial des points 2 à 4 est identique à celui de Harai dome de la série Chûdan.

RAN-AI (KODACHI)

This Kata is practically the same as the previous one. Only the start and the end are different. It is another chance for Shidachi and Uchidachi to realize that the Ma-ai is the same for an Odachi or a Kodachi. The one-handed grip position makes up the difference in length of the weapons. For Uchidachi, it is a new experience : he is not used to working energetically with one arm and will have to strive to give as much power to his attacks as with the Odachi. He will also have to watch his left hand: even though it lies idle, it must be held firmly against his hip, ready to come into action. For Shidachi, the initial control (2 to 4) is the same as that in Harai dome in the Chûdan series.

5

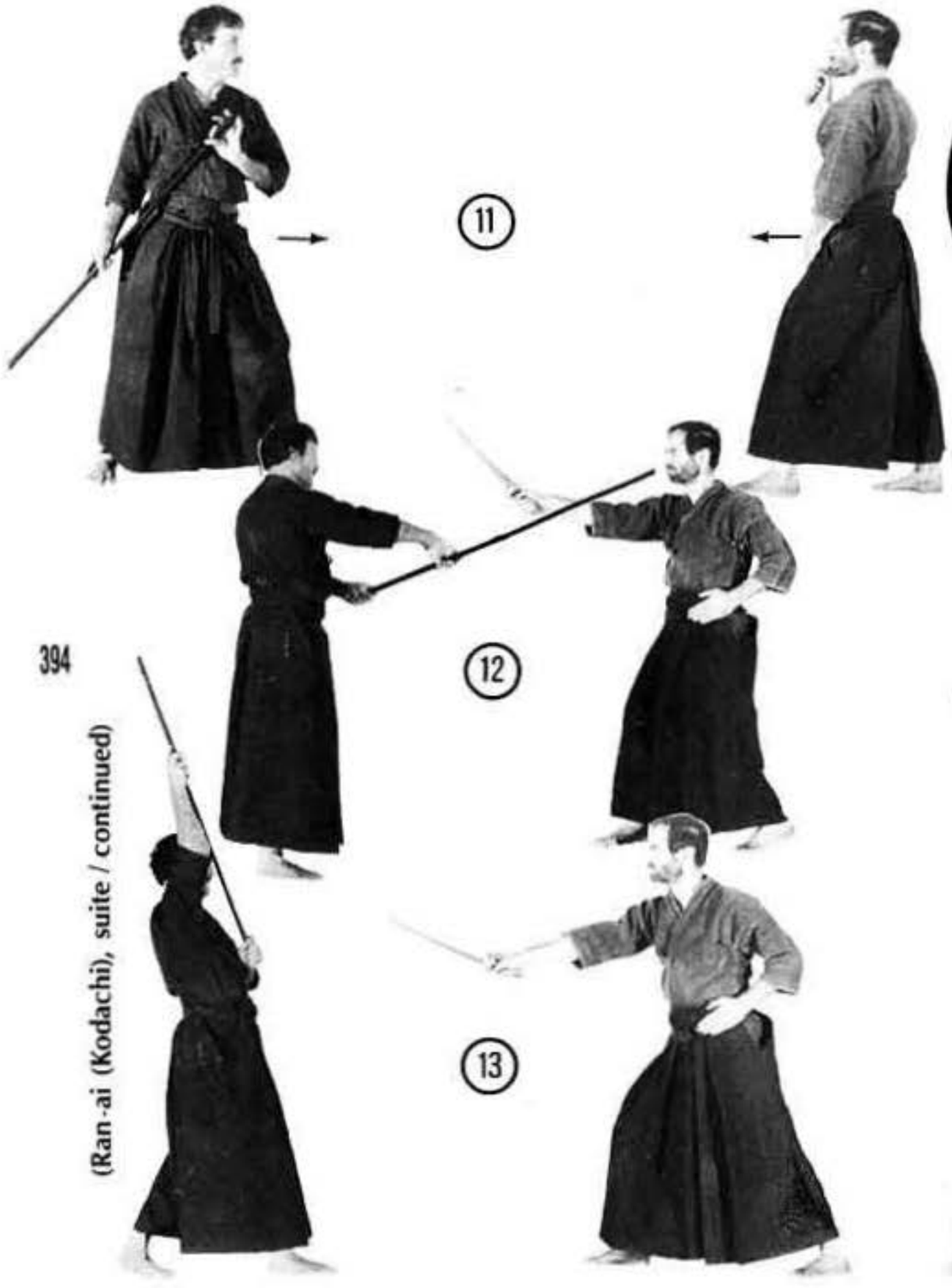
10

9

8

6

7



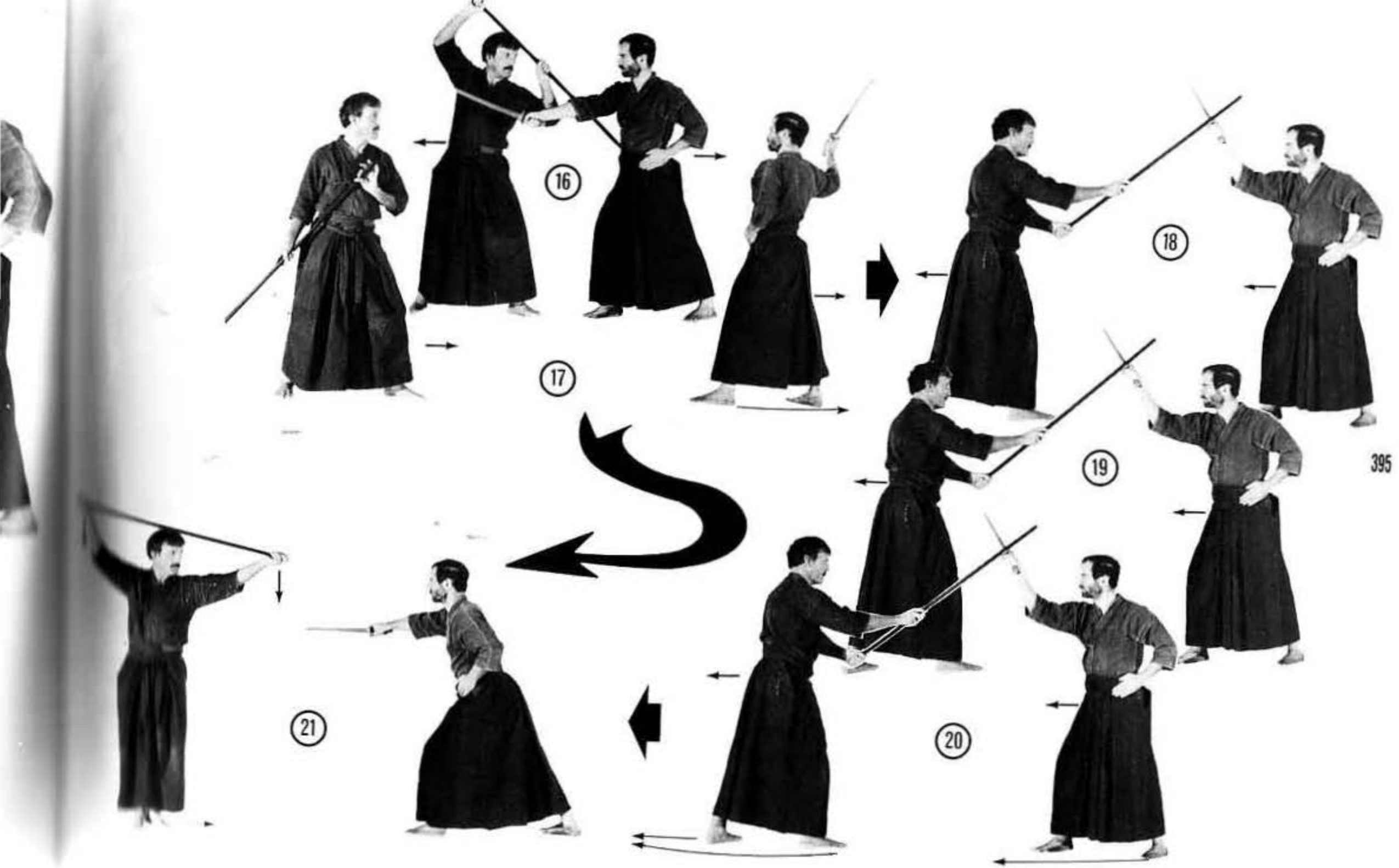
11

12

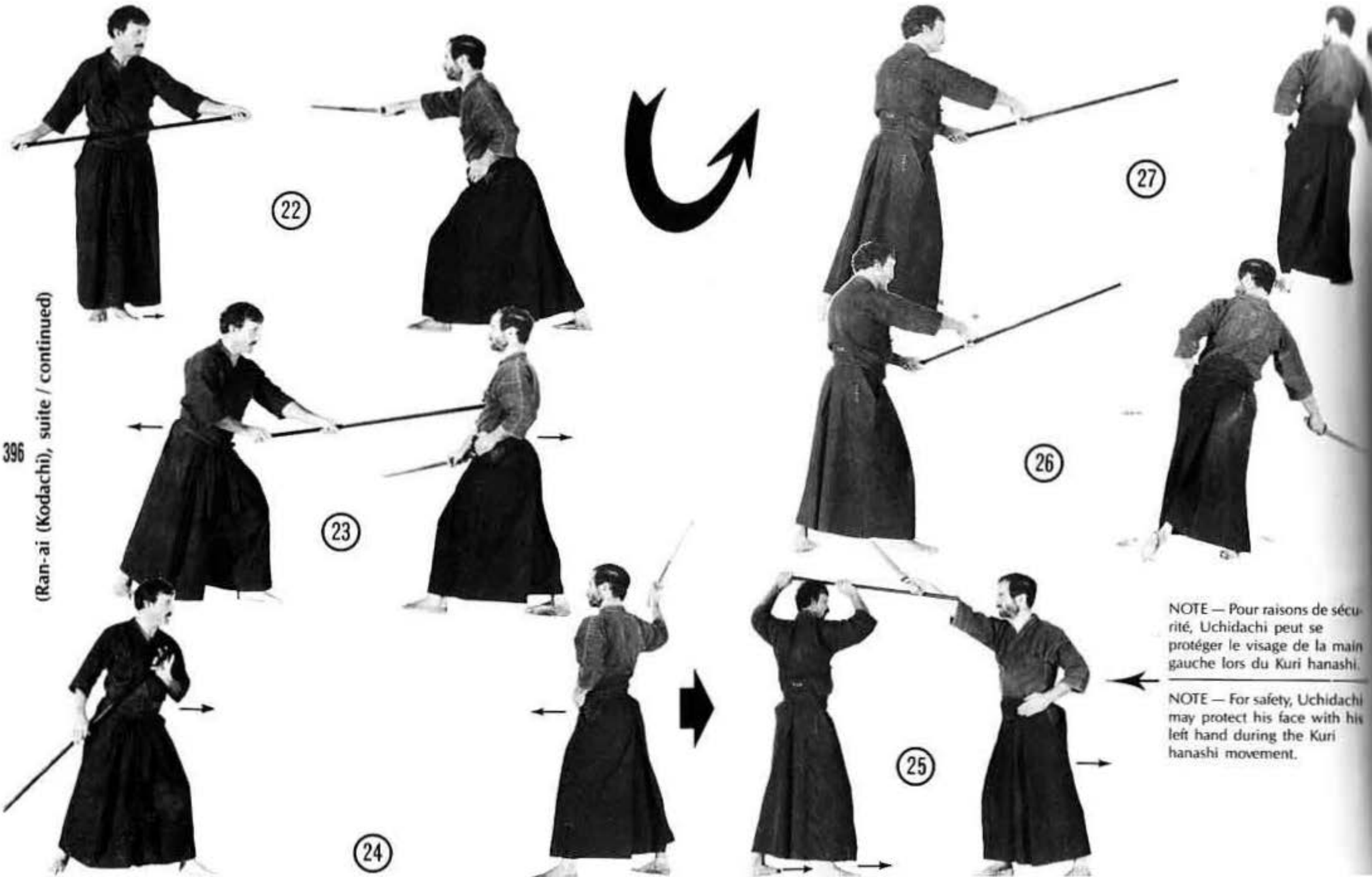
13

15

14


16
17
18
19
20
21

(Ran-ai (Kodachi), suite / continued)



NOTE — Pour raisons de sécurité, Uchidachi peut se protéger le visage de la main gauche lors du Kuri hanashi.

NOTE — For safety, Uchidachi may protect his face with his left hand during the Kuri hanashi movement.

28

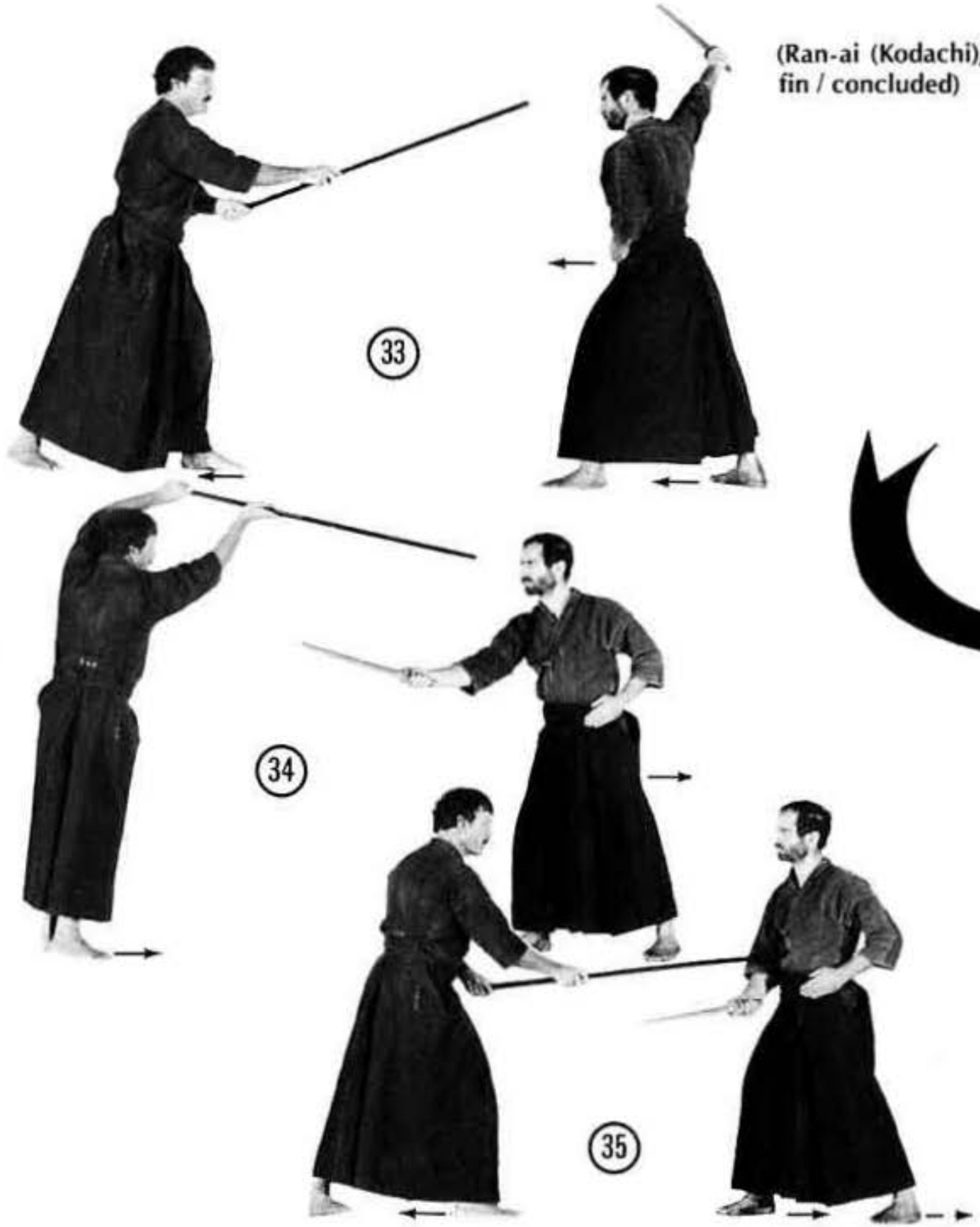
29

30

31

32

(Ran-ai (Kodachi), fin / concluded)

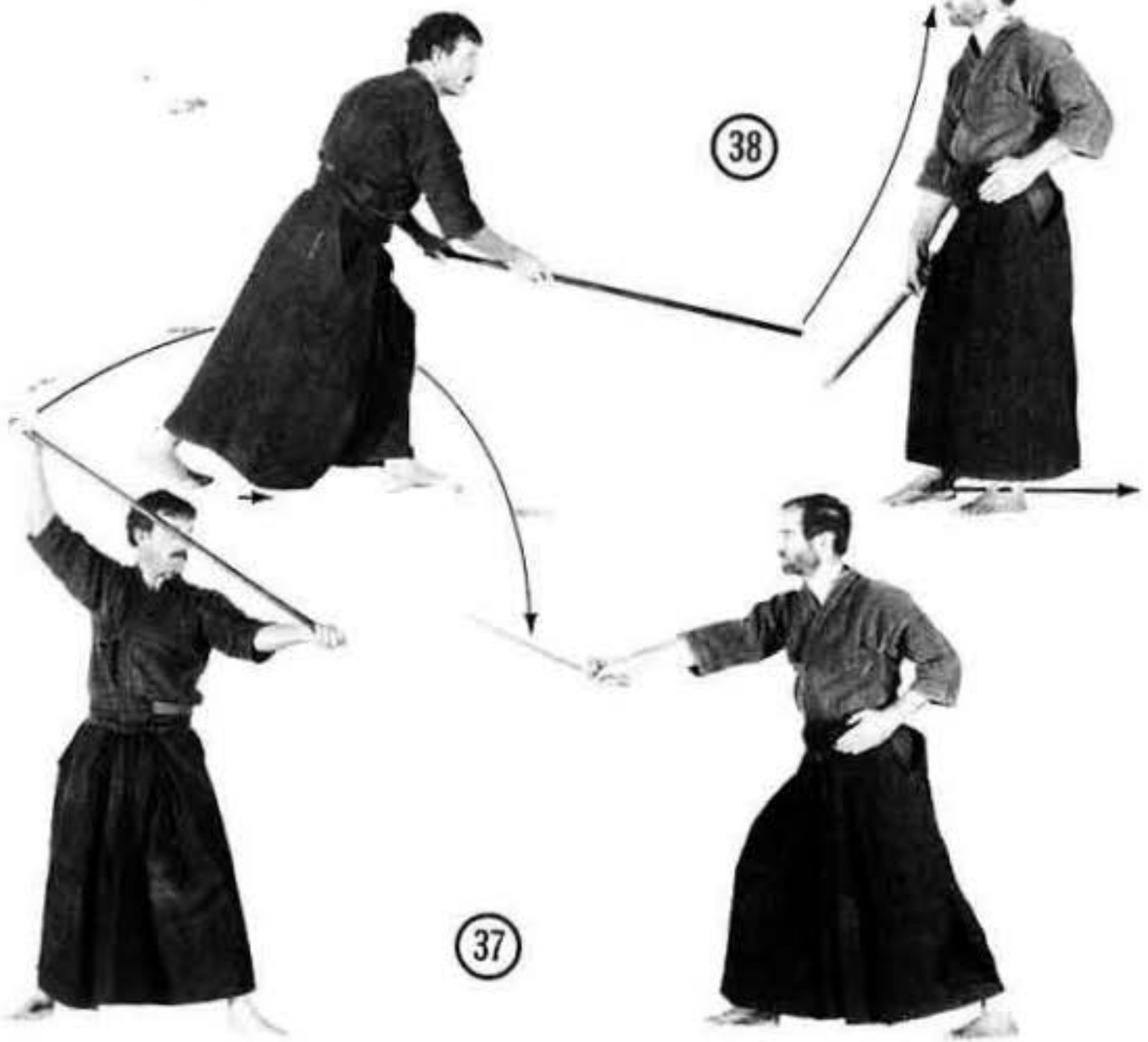


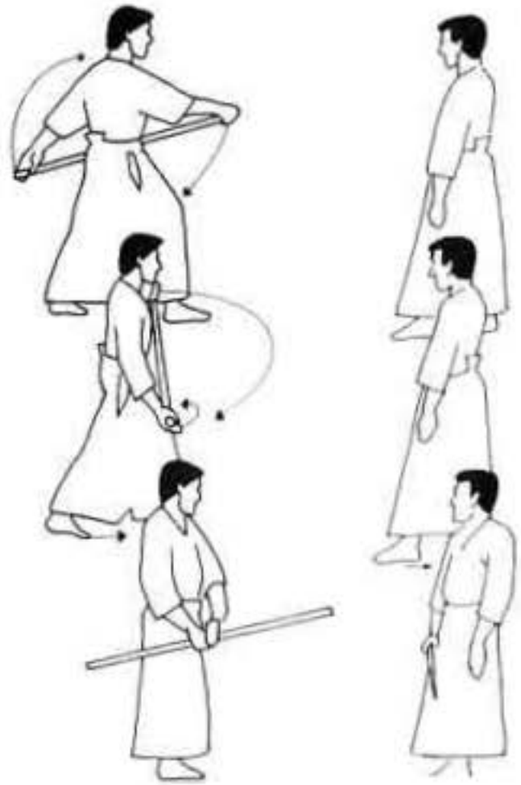
Shidachi — Au point 37, une nouvelle différence : au contraire de Ran-ai (Odachi) qui préconise d'avancer avec une grande attaque en Shômen, effectuez, pour la première fois, Dô barai uchi à la manière des Kihon. Frappez le Kodachi avec précision et contrôle et remontez prestement vers son point Uto en avançant le pied droit (38 et 39).

Shidachi — At point 37, a new difference : unlike Ran-ai (Odachi), which urges an advance with a great attack in Shômen, carry out, for the first time, Dô barai uchi in the Kihon way. Strike Uchidachi's Kodachi precisely and with control, and move up swiftly to his Uto point, moving the right foot forward (38 and 39).

Uchidachi — Au point 37, restez comme vous êtes. Absorbez l'attaque du Jo avec le bras mais sans reculer la jambe (38) et reculez en Ayumi ashi lorsque Shidachi remonte vers votre point Uto (39). Baissez les deux bras en guise de Hodoku.

Uchidachi — At point 37, stay as you are. Absorb the attack of the Jo with the arm but without moving the leg back (38), and move back in Ayumi ashi when Shidachi moves up towards your Uto point (39). Lower both arms to signal you are in the Hodoku position.





kage

影

CETTE série, que nous ne traiterons pas en détail dans cet ouvrage, représente une charnière dans la progression du Shûgyôsha. En effet, les trois premières séries sont amplement suffisantes pour quelqu'un qui pratique le Jodô dans un but sportif ou récréationnel. Une grande majorité des pratiquants de Jodô arrêtent leur progression technique à Ran-ai.

Par contre, les pratiquants qui montrent un intérêt plus profond pour le Ryû pourront tirer maints enseignements des séries ultérieures. Si la série Kage semble d'abord difficile à assimiler à cause de son rythme particulier, elle finira par enthousiasmer le Shûgyôsha par la richesse des réponses qu'elle fournit sur les difficultés et les problèmes techniques des trois premières séries.

Kage, comme son nom l'indique, est *l'ombre* de la série Omote, son côté Yin. Omote et Kage forment un tout et ne peuvent être réellement comprises que lorsque l'une et l'autre sont parfaitement assimilées.

La série Kage est caractérisée par son rythme. Les techniques, tout en préservant la rapidité de Chûdan, ressemblent à des vagues puissantes, et sont empreintes d'une grande sobriété et d'une précision étonnante. Les périodes entre les actions, par contre, sont d'une lenteur intense qui serait insoutenable au stade de Omote.

Kage se compose de 12 Kata portant les mêmes noms que la série Omote. Ichi rei et Neya no uchi offrent chacun une variante (Henka), ce qui porte le nombre réel des Kata de Kage à 14.

Après ébullition, l'eau se refroidit, attendant une nouvelle cuisson.

Partie initiale de Ukan (Kage), lors d'une démonstration à l'occasion des Championnats du Japon de Kendô en 1967.

Uchidachi : Kuroda Ichitarô
Shidachi : Shimizu Takaji

THIS series is a hinge in the Shûgyôsha's progression. It will not be dealt with in detail in this book. The first three series will satisfy those who practise Jodô as a sport or for exercise. The great majority of trainees do not push their technical progression beyond Ran-ai.

However, trainees who show a deeper interest in the Ryû will learn a great deal from studying the additional series. If Kage does at first seem difficult to assimilate because of its peculiar rhythm, the wealth of answers it provides to the difficulties and technical problems of the first three series will delight the Shûgyôsha.

As its name suggests, Kage is the *shadow* of the Omote series, its Yin side. Omote and Kage form a whole and can be really understood only when both have been completely assimilated.

The characteristic of Kage is its rhythm. The techniques, whilst retaining the speed of Chûdan, resemble powerful waves and are marked by a great moderation and astonishing accuracy. On the other hand, the intense slowness between the movements would be unbearable at the Omote stage.

Kage comprises 12 Kata, bearing the same names as those of the Omote series. Ichi rei and Neya no uchi each have one additional variation (Henka), pushing the actual number to 14.

After boiling, the water cools, waiting to boil again.

First movement of Ukan (Kage). Demonstration at the All Japan Kendô Championships, 1967.

Uchidachi : Kuroda Ichitarô
Shidachi : Shimizu Takaji

samidare

五月雨

PRÈS une année de Kage, la technique du Shûgyôsha s'est affinée. Elle a gagné en précision, en intensité, et surtout en sobriété. C'est avec Kage que l'on comprend que la progression du Ryû n'est pas quantitative mais éliminative.

Avec la série Samidare (pluie fine du début de l'été), la technique purifiée trouve sa dimension combative. Les Kata de Samidare font découvrir la notion Ai-uchi (frapper ensemble). Chaque technique comprend un risque fatal avec un sabre réel, et n'en est pas moins extrêmement dangereuse au niveau du Jo et du Bokken. C'est en effet la première fois qu'un Hiki otoshi uchi est exécuté sur le sabre en mouvement. La notion de Shinken (sérieux, vrai) sort de l'ombre. Après avoir assimilé Samidare, le Shûgyôsha n'est plus le même. Il a réellement expérimenté « la vérité dans l'action ». Les techniques de Samidare amènent le Shûgyôsha (entier, il faut l'espérer) au seuil du stade Jutsu.

C'est une série de cinq Kata plus une variante dont les noms sont les suivants:

1. Ichi monji
2. Jû monji
3. Kodachi otoshi
4. Mijin (Zen)
5. Mijin (Go)
6. Gan tsubushi

L'eau refroidie est remise sur un feu intense pour être bouillie une seconde fois.

FTER one year of Kage, the Shûgyôsha's technique has matured. It has gained in accuracy, intensity, and, above all, soberness. It is with Kage that one comes to realize that progression in the Ryû is not quantitative but eliminative.

Samidare (light rain at the start of summer) gives the purified technique its combative dimension. The Samidare Kata help discover the notion of Ai-uchi (strike together). Each technique could be lethal if it were executed with a real sword — nonetheless, it is extremely dangerous even with a Bokken and a Jo. In fact, it is the first time that Hiki otoshi uchi is executed when the sword is in motion. The Shinken (real, serious) concept steps out of the shadows. The Shûgyôsha is not the same after assimilating Samidare. He has experienced "truth in action". Samidare brings the Shûgyôsha — still whole, hopefully — to the threshold of the Jutsu stage.

The Samidare series comprises five Kata plus one variation:

1. Ichi monji
2. Jû monji
3. Kodachi otoshi
4. Mijin (Zen)
5. Mijin (Go)
6. Gan tsubushi

The cooled water is placed on an ardent fire to boil a second time...

gohon no midare

五本の乱

C'EST vers 1939 que Me Shimizu a créé cette série de cinq Kata en sélectionnant les séquences les plus représentatives du Ryû parmi les séries précédentes. Le contenu de chaque technique comprend l'essentiel d'au moins deux Kata examinés auparavant. Quelques techniques inédites ont été ajoutées comme éléments de transition entre les diverses séquences.

Un rythme particulièrement soutenu et des techniques d'une efficacité redoutable font de cette série un véritable test de haut niveau. Pour la première fois, Uchidachi, pressé par le Jo, n'a que peu de temps pour réagir et se trouve parfois en difficulté. Quant à Shidachi, il jongle avec les séquences qu'il a déjà pratiquées, mais dans un ordre différent. S'il n'a pas été correctement entraîné jusque-là, cette série ne lui causera que confusion et frustration, alors qu'elle tend, au contraire, à mettre en valeur une parfaite coordination du corps et de l'esprit, ainsi qu'un sentiment d'avoir enfin transcendé la technique.

Gohon no midare contient tout ce que le Jo peut offrir. C'est le résultat technique de l'évolution que le Ryû a subie pendant près de 350 années.

Les noms des Kata sont les suivants:

1. Tachi otoshi no midare
2. Sakan no midare
3. Kengome no midare
4. Kasumi no midare
5. Shamen no midare

Une dernière ébullition va éliminer les dernières impuretés.

Début de Sakan no midare. Démonstration lors des Championnats de Japon de Kendô, 1967.

Uchidachi : Kuroda Ichitarô
Shidachi : Shimizu Takaji

ROUND 1939, Shimizu Sensei created this series of five Kata by picking out from the preceding series the sequences most representative of the Ryû. Each technique comprises the fundamental aspect of at least two Kata studied earlier. A few new techniques have been added to ease the transition between the various sequences.

The steady rhythm and the undoubted efficacy of the techniques make this series a test of a high level. For the first time, Uchidachi is harried by the Jo and has only little time to react, occasionally finding himself in trouble. As for Shidachi, he juggles sequences he has encountered previously, but in a different order. If he has not been trained properly, this series will confuse and frustrate him — if he has, it tends to reveal the perfect co-ordination between body and mind, and brings a feeling of having transcended the technique.

Gohon no midare contains everything the Jo has to offer. It is the result of the technical evolution undergone by the Ryû over nearly 350 years.

The names of the Kata are as follows:

1. Tachi otoshi no midare
2. Sakan no midare
3. Kengome no midare
4. Kasumi no midare
5. Shamen no midare

Boiling for the last time will eliminate the last impurities...

First movement of Sakan no midare. Demonstration at the All Japan Kendô Championships, 1967.

Uchidachi : Kuroda Ichitarô
Shidachi : Shimizu Takaji

okuden

奥伝

OKUDEN étape dans l'étude du Jo, Okuden ne s'adresse qu'à des Shûgyôsha ayant près de huit ans d'expérience, une excellente maîtrise technique et un état d'esprit en accord total avec l'attitude encouragée par le Ryû.

Reflétant l'architecture japonaise qui place la pièce la plus secrète (Oku) le plus loin possible de l'entrée (Omote), la structure technique de Shindô Musô Ryû n'est pas verticale, mais horizontale.

Les techniques sont très différentes de celles des séries précédentes mais, bien qu'elles contiennent des notions très profondes, elles sont presque toutes tirées des Kihon. L'exécution de ces techniques reflète le dynamisme de Chûdan et la précision de Kage. Les prises de Kamae et les rengainements particuliers à cette série sont empreints d'un Zanshin aussi intense que celui qui caractérise Kage.

Les noms des Kata sont les suivants:

1. Sengachi
2. Tsukidashi
3. Uchitsuke
4. Kotedome
5. Hikisute
6. Kotegarami
7. Jutte
8. Mikaeri
9. Aun
10. Uchiwake
11. Suigetsu
12. Sayudome

L'eau est maintenant assez pure pour faire vivre et prospérer le Shûgyôsha arrivé à maturité...

Mouvement final de Uchiwake. Démonstration lors de Championnats du Japon de Kendô, 1967.

Uchidachi : Kuroda Ichitarô
Shidachi : Shimizu Takaji

OKUDEN is the last stage in the study of the Jo, and is intended only for Shûgyôsha who have at least eight years' experience, perfect technical mastery and a state of mind in total harmony with the attitude fostered by the Ryû.

Duplicating Japanese architecture which places the most secret room (Oku) as far as possible from the entrance (Omote), the structure of Shindô Musô Ryû is not vertical, but horizontal.

The techniques are quite different from those of the previous series, but although embodying very profound concepts, they nearly all emanate from the Kihon. The execution of these techniques mirrors the dynamism of Chûdan and the accuracy of Kage. The taking of Kamae and the particular Osame techniques convey a Zanshin as intense as that characterizing Kage.

The names of the Kata are as follows:

1. Sengachi
2. Tsukidashi
3. Uchitsuke
4. Kotedome
5. Hikisute
6. Kotegarami
7. Jutte
8. Mikaeri
9. Aun
10. Uchiwake
11. Suigetsu
12. Sayudome

The water is now pure enough for the Shûgyôsha who has now reached maturity to live and to flourish...

Final movement of Uchiwake. Demonstration at the All Japan Kendô Championships, 1967.

Uchidachi : Kuroda Ichitarô
Shidachi : Shimizu Takaji

Au cours de sa longue histoire, Shindô Musô Ryû noua des liens intimes avec un certain nombre d'autres traditions martiales spécialisées dans l'étude d'armes différentes.

Bien que chacune de ces traditions ait préservé sa propre identité après avoir été absorbée par Shindô Musô Ryû, elles sont enseignées en tant que partie intégrale d'un tout. Il y a quelques siècles, l'ensemble des traditions martiales citées ci-après aurait pourvu un guerrier d'une variété appréciable d'expériences.

Aujourd'hui, l'éducation complète d'un membre de Shindô Musô Ryû comprend l'étude des six traditions martiales suivantes:

Tradition martiale	**Arme**	**Traduction**
Shindô Musô Ryû Jodô	*Jo*	bâton
Uchida Ryû Tanjojutsu	*Tanjo*	bâton court
Shintô Ryû Kenjutsu	*Katana*	sabre
Isshin Ryû Kusarigamajutsu	*Kusarigama*	faucille et chaîne avec poids
Ikkaku Ryû Juttejutsu	*Jutte*	matraque de métal avec fourchon
Ittatsu Ryû Hojôjutsu	*Hojô*	cordelette pour ligature

Over its long history, the Shindô Musô Ryû became intimately associated with a number of other martial traditions with different specialities. While each has preserved its own individual identity, they are taught as part of a single training regimen that extends over a number of years. In concert, they would have given the warrior-trainee quite a well rounded range of weapons expertise.

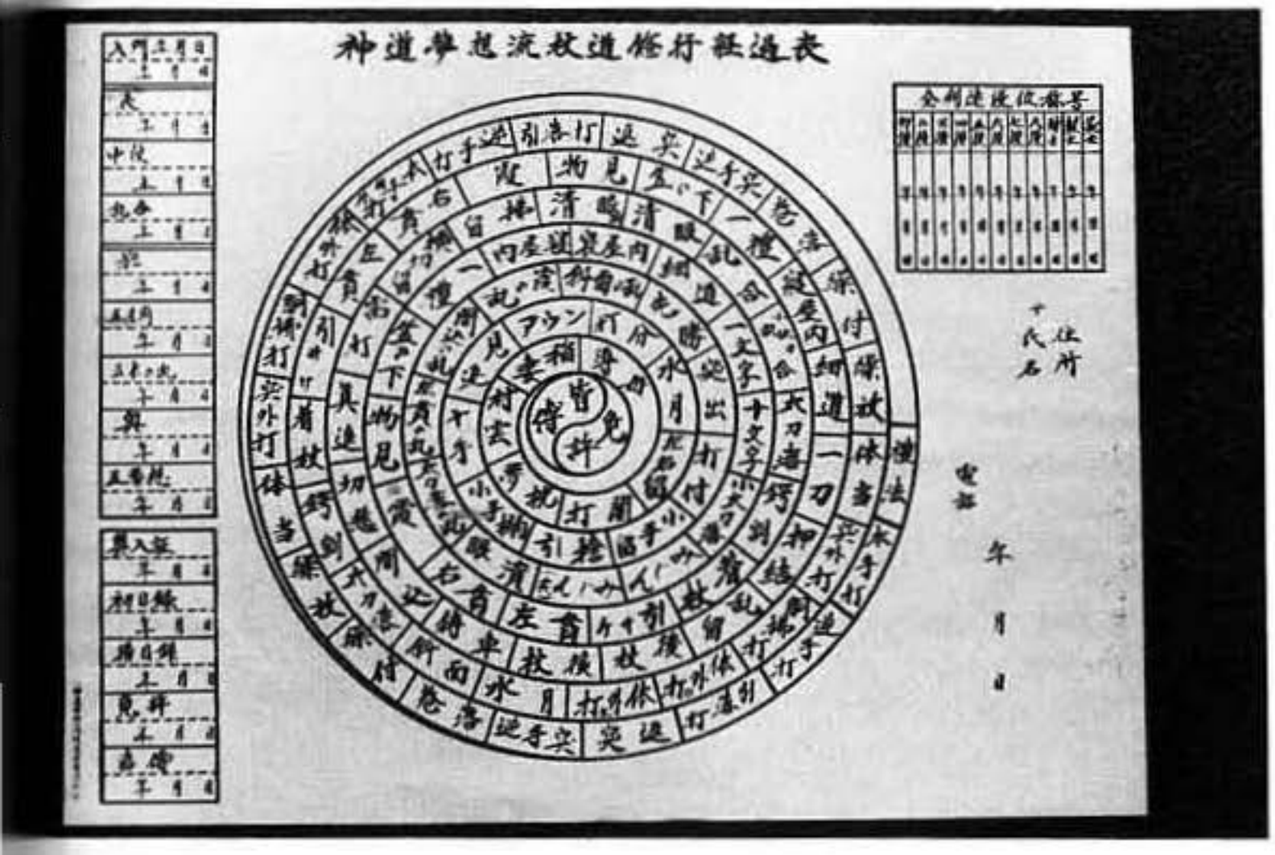
Today, the entire martial education of a member of the Shindô Musô Ryû includes mastering the following six martial traditions and weapons:

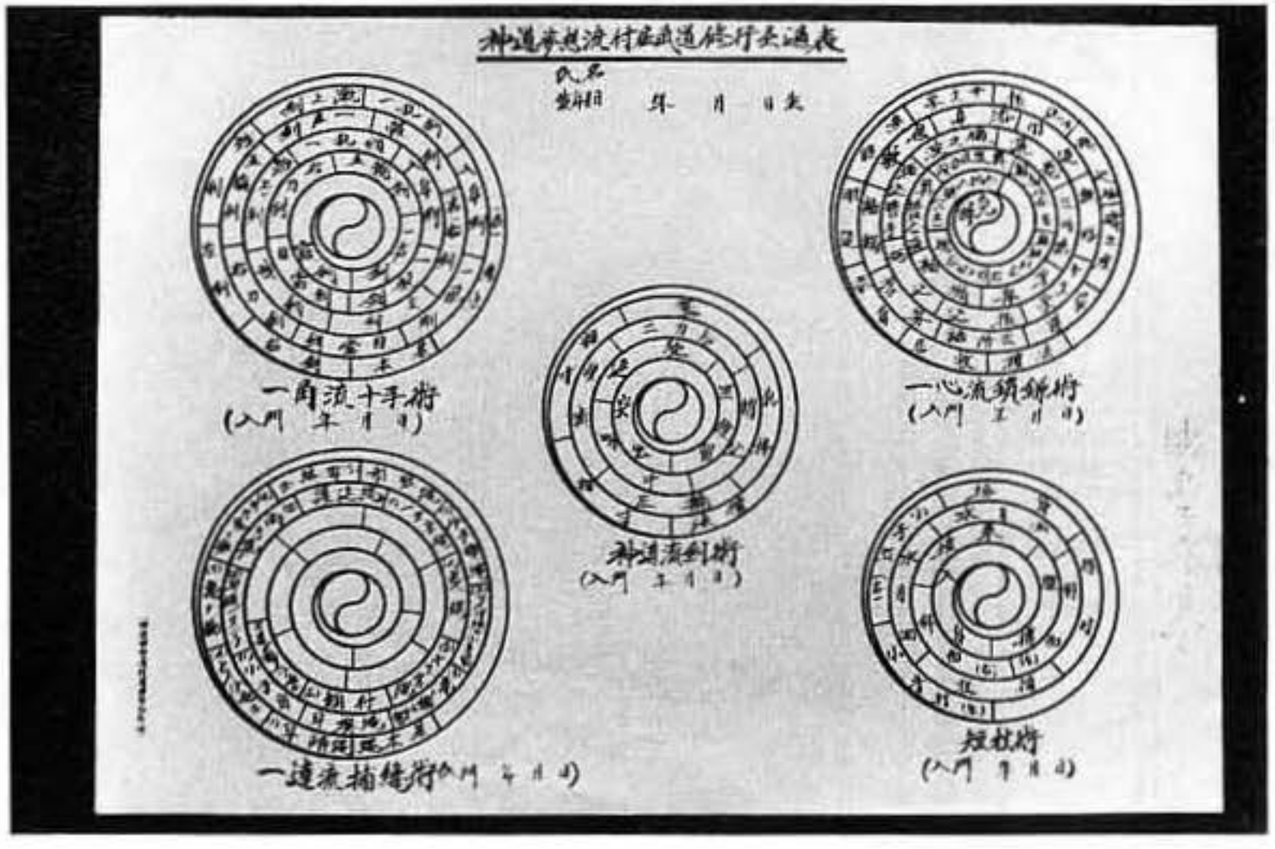
Martial tradition	**Weapon**	**Translation**
Shindô Musô Ryû Jodô	*Jo*	stick
Uchida Ryû Tanjojutsu	*Tanjo*	short stick
Shintô Ryû Kenjutsu	*Katana*	sword
Isshin Ryû Kusarigamajutsu	*Kusarigama*	sickle and weighted chain
Ikkaku Ryû Juttejutsu	*Jutte*	metal truncheon with tine
Ittatsu Ryû Hojôjutsu	*Hojô*	tying cord

Tableaux de présentation des techniques de Shindô Musô Ryû et des Ryu associés.

Les six tableaux circulaires ci-dessous contiennent les noms de la totalité des techniques du style de Jodô de Shindô Musô Ryû (à gauche) et des armes des Ryû associés (à droite).

Un tableau avec les noms en caractères romains aurait été certainement plus utile dans ce livre. Toutefois, c'est pour l'intérêt de leur disposition que ces tableaux vous sont ainsi présentés. La progression, ainsi que l'état d'esprit de cette progression, y sont clairement définis. Au début, les techniques ne semblent avoir qu'un rapport restreint avec le but central (ou final). Puis, progressivement, la succession des techniques rapproche l'élève de ce centre. Plus que l'accumulation de techniques, ces tableaux suggèrent une élimination progressive du superflu dans la direction du centre où l'élève découvrira la vérité : une vérité dont l'éclat n'aura que l'intensité que l'élève aura su discerner.





Technical charts of Shindô Musô Ryû and related Ryû

The six round tables shown above give the names of all the techniques of the Shindô Musô Ryû style of Jodô (left) and those of the weapons of the related Ryû (right).

A table in Roman script would certainly have been more useful in this book. These tables are shown in the original form because their design is so interesting.

The progression, and the frame of mind of this progression, are clearly defined. At the beginning, the techniques seem far removed from the central purpose. The course of the techniques then progressively brings the student closer to the goal. More than a collection of techniques, these tables indicate a progressive elimination of the superfluous on the way to the centre, where resides the truth : the more the student sees of the truth, all the brighter will it shine.

uchida ryû tanjojutsu

短杖術

CHIDA Ryôgorô (1837-1921), enseignant de haut niveau dans Shindô Musô Ryû, a créé, semble-t-il, une méthode d'auto-défense avec un bâton court (Tanjo), durant la période de Ansei (1854-1859) *

A cette époque, l'influence américaine et européenne commençait à s'intensifier alors qu'apparaissaient des fissures de plus en plus grandes dans les structures d'isolationisme du gouvernement Tokugawa. Il y avait quelques écoles utilisant des bâtons de différentes grandeurs, mais le Tanjo utilisé par Uchida était essentiellement un bâton de marche occidental. En tant que tel, la longueur de l'arme dépendait de la taille de son utilisateur — une personne de grande taille se munissant d'un bâton plus long. Cependant, le Tanjo mesure généralement près de 90 cm (3 Shaku) de long, et 28 mm (9 Bu) de diamètre, s'amincissant progressivement vers le bas. D'autres Tanjo étaient unidimensionnels sur toute la longueur. A l'instar de quelques autres traditions martiales concernant les armes à feu ou l'équitation, l'art du Tanjo représente une approche japonaise envers un objet importé. D'ailleurs, l'art du bâton de marche occidental fut longtemps appelé «Sutekki-jutsu», d'une altération de la prononciation du mot anglais «stick» (bâton).

Ryôgorô devint extrêmement habile au maniement du Tanjo. Il se mit à enseigner son art parallèlement au Jojutsu de Shindô Musô Ryû. Son second fils, Ryôhei, étudia également ces deux arts. Plus tard, il tint un rôle déterminant dans l'histoire de l'utilisation du Tanjo. En effet, au début de notre siècle, les autorités du Budô tentèrent d'élaborer des normes nationales pour divers arts martiaux. Ryôhei devint président du comité chargé de compiler une méthode

* Il existe une controverse quant à l'époque exacte où cet art fut développé. Certains prétendent que c'est vers le milieu du 19e siècle, d'autres parlent d'une date ultérieure.

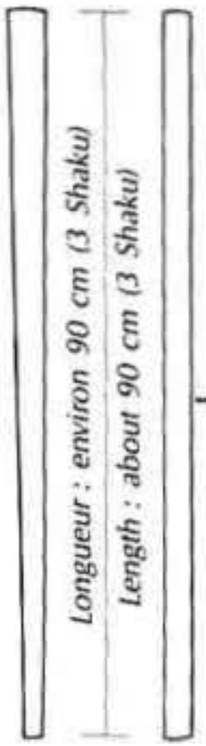
CHIDA Ryôgorô (1837-1921), a skilled teacher of the Shindô Musô Ryû, is said by some to have invented a method of using a short stick (Tanjo) for defensive purposes during the Ansei period (1854-1859). *

At that time, Western European and American influences were becoming increasingly evident as cracks in the Tokugawa Shogunate's wall of isolation began to widen. There had been a number of arts employing sticks of various lengths, but the Tanjo used by Uchida was essentially a Western walking stick. As such, the size of the weapon would depend on the person carrying it — taller people using longer ones. Generally, however, it is about 90 cm (3 Shaku) long and 2,8 cm (9 Bu) in diameter, and tapers down somewhat to the distal end. Some may have been unidimensional throughout their length. Like a few other martial methods dealing with firearms and horsemanship, this particular art represents a Japanese approach to an imported object. In fact, this art of using a Western-style walking stick was long referred to as "Sutekki-jutsu", from a mispronunciation of the English word "stick".

Ryôgorô became extremely skilled in the use of this type of stick and taught it to others along with Shindô Musô Ryû Jojutsu. His second son, Ryôhei, also studied both arts and was destined to assume a major role in the history of Tanjo usage. In the 20th century, Budô authorities attempted to produce "national standards" for the various martial arts. Ryôhei became the head of a committee assigned to the

* There is some controversy over exactly when this original work was done. Some say the middle of the 19th century, others argue for a later date.

Deux sortes de Tanjo



∅ *Diamètre : 2,8 cm (9 Bu)*

normalisée du bâton court. Après maintes investigations, son comité présenta une série de 12 Kata qui, avec le temps, prit le nom de Uchida Ryû Tanjojutsu. Ces techniques semblent être basées essentiellement sur la méthode de son père. On peut donc considérer que Uchida Ryû Tanjojutsu a été pratiqué et transmis au sein même de Shindô Musô Ryû comme art complémentaire depuis l'époque de Uchida Ryôgorô, son créateur.

Jusqu'en 1978, une tablette du Rembukan Dôjô de Me Shimizu, à Tôkyô, indiquait encore l'art du Tanjojutsu sous le nom de «Sutekki-jutsu».

Contrairement au Jojutsu (ou Jodô), où les deux mains sont constamment sur l'arme, le Tanjojutsu de Uchida se pratique presque exclusivement avec une seule main contre un adversaire armé d'un sabre. Les techniques comprennent des coups, des coups d'estoc, des mouvements d'absorption et des parades, ainsi qu'un certain nombre d'autres techniques. La main restée libre est quelquefois utilisée pour donner des Atemi ou pour appliquer des clés de bras sur l'adversaire. Les Kata consistent généralement en un, deux ou trois mouvements, et requièrent une grande précision dans le «timing» et le jugement des distances.

Les noms des Kata sont les suivants:

1. Kote uchi (Sa)*
2. Kote uchi (Yu)*
3. Sutemi
4. Kuri tsuke
5. Uchiro zue
6. Suigetsu (Sa)
7. Suigetsu (Yu)
8. Shamen (Sa)
9. Shamen (Yu)
10. Kobushi kudaki
11. Sune kudaki
12. Irimi

* Sa: gauche, Yu: droite.

Partiellement reproduit de *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter* Vol. 4, No 3, 1987, avec la permission du Président.

∅ *Diameter : 2,8 cm (9 Bu)*

Two sorts of Tanjo

task of compiling a standard short stick art. After various investigations, his committee presented a set of 12 Kata which, over time, became known as Uchida Ryû Tanjojutsu. This art seems to have been heavily based on his father's earlier Tanjojutsu. Thus, Uchida Ryû Tanjojutsu may be considered to have been practised and handed down by some teachers within the Shindô Musô Ryû as a related art ever since Uchida Ryôgorô first developed it.

Until 1978, a plaque in the Rembukan Dôjô of Shimizu Sensei in Tôkyô still referred to this short stick art as "Sutekki-jutsu".

In contrast with the two-handed technique employed in Jojutsu (or Jodô) where both hands are always on the weapon, Tanjojutsu of the Uchida Ryû is almost exclusively a one-handed art against an opponent armed with a sword. The forms incorporate striking, thrusting, receiving and parrying actions, and a number of other techniques. The free hand is sometimes used for Atemi or to lock the joints of the opponent. The Kata generally consist of one to three movements and require precise timing and judgement of distance.

The names of the Kata are as follows:

1. Kote uchi (Sa) *
2. Kote uchi (Yu) *
3. Sutemi
4. Kuri tsuke
5. Ushiro zue
6. Suigetsu (Sa)
7. Suigetsu (Yu)
8. Shamen (Sa)
9. Shamen (Yu)
10. Kobushi kudaki
11. Sune kudaki
12. Irimi

* Sa : left, Yu : right.

Partly reproduced from *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter* Vol. 4, No 3, 1987, by permission of the President.

Mouvement final de Sune kudaki.
Démonstration au Shung Dô Kwan,
Genève, 1980.

Uchidachi : Kaminoda Tsunemori
Shidachi : Donn F. Draeger

Longueur appropriée

Suitable length

Final movement of Sune kudaki.
Demonstration at the Shung Dô Kwan,
Geneva, 1980.

Uchidachi : Kaminoda Tsunemori
Shidachi : Donn F. Draeger

shintô ryû kenjutsu

A form
du sal
tenao,
dans l
dédié à une divin
importants sanctu
l'autre étant le Sa
la Préfecture vois

Il y a près de six s
1000 jours à prie
de ces trois année
les secrets de l'ar
Shôden Katori Sh
attiré plus d'atten
tiale japonaise. C
mais aussi au gra
rent leurs proues
dans les arts que

HE c
devel
Shrin
Shrine
of the two most i
Japan; the other
Prefecture.

About 600 year
1000 days worsh
this time, a visio
secrets of the sw
Katori Shintô Ry
attention than ar
its great age, and
credit their skills
them were Kami

A forme originale de ce style de Kenjutsu (art du sabre combatif) fut créée par Iizasa Choisai Ienao, au Sanctuaire de Katori, actuellement dans la Préfecture de Chiba. Ce Sanctuaire est dédié à une divinité martiale et figure parmi les deux plus importants sanctuaires japonais reliés aux arts martiaux; l'autre étant le Sanctuaire de Kashima, qui se trouve dans la Préfecture voisine de Ibaragi.

Il y a près de six siècles, aux environs de 1350, Ienao passa 1000 jours à prier et à s'entraîner au Sanctuaire. Au cours de ces trois années, il eut une révélation qui lui fit découvrir les secrets de l'art du sabre. C'est alors qu'il fonda Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû. Depuis ce temps-là, son Ryû a attiré plus d'attention que tout autre Ryû de l'histoire martiale japonaise. Ceci est dû, en partie, à son ancienneté, mais aussi au grand nombre de guerriers célèbres qui mirent leurs prouesses sur le compte de leur entraînement dans les arts que ce Ryû préserve. Parmi ces guerriers, on peut citer Kamiizumi Ise no Kami Nobutsuna, fondateur de Shinkage Ryû, Matsumoto Bizen no Kami, célèbre guerrier de Kashima, et Tsukahara Tôsa no Kami, père du fameux Tsukahara Bokuden.

Les liens entre Katori Shintô Ryû et Shindô Musô Ryû remontent jusqu'à la licence que Musô Gonnosuke obtint de Katori. Cependant, il reste difficile de déterminer la manière dont les techniques ont évolué jusqu'à celles enseignées aujourd'hui, parallèlement au bâton, dans le cadre de Shindô Musô Ryû. Il est possible qu'elles aient été, en fait, élaborées par Musô lui-même, car il est évident que ces techniques diffèrent beaucoup de celles enseignées actuellement à Katori. Une autre possibilité serait que ces techniques de Shintô Ryû émaneraient de la lignée de Matsumoto Bizen no Kami, ce qui expliquerait la différence.

De nos jours, le style de Shintô Ryû Kenjutsu enseigné au sein de Shindô Musô Ryû comprend 12 Kata. Ils sont exécu-

剣術

Kenjutsu

HE original form of this Kenjutsu was developed by Iizasa Choisai Ienao at Katori Shrine in what is today Chiba Prefecture. Katori Shrine is dedicated to a martial deity and one of the two most important shrines related to martial arts in Japan; the other being nearby Kashima Shrine in Ibaragi Prefecture.

About 600 years ago, around the year 1350, Ienao spent 1000 days worshipping and training at the Shrine. During this time, a vision appeared from which he discovered the secrets of the sword. He then founded the Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû. Since then, this Ryû has attracted more attention than any other in Japanese history, due mainly to its great age, and the large number of famous warriors who credit their skills to training in the arts it preserves. Among them were Kamiizumi Ise no Kami Nobutsuna, founder of the Shinkage Ryû, Matsumoto Bizen no Kami, also famous in the Kashima tradition, and Tsukahara Tôsa no Kami, father of the famed Tsukahara Bokuden.

The link between the Katori Shintô Ryû and Shindô Musô Ryû goes back to Musô Gonnosuke's licence from the original Ryû. However, it is impossible to say how the present Kenjutsu techniques taught along with the Shindô Musô Ryû evolved, or if they were actually formulated by Musô himself. It is clear that they are very different from the forms of the Katori Shintô Ryû as it exists today. It is said that this form of Shintô Ryû derives from the Matsumoto Bizen no Kami lineage and this may explain the differences.

There are twelve Kata in the type of Shintô Ryû Kenjutsu presently associated with Shindô Musô Ryû. Today these are executed in a very deliberate manner from a very upright

tés avec une posture très droite et de larges mouvements circulaires, si bien que dans certains cas, on ne peut s'empêcher de faire un rapprochement avec les techniques de bâton de Shindô Musô Ryû.

Le noms de Kata sont les suivants:

1. Ai suri
2. Ai suri
3. Jû
4. Chibarai
5. Sarin
6. Uke nagashi
7. Nitô ai
8. Suri komi
9. Inchû
10. Uke kaeshi
11. Miuki dome
12. Tsuki dashi

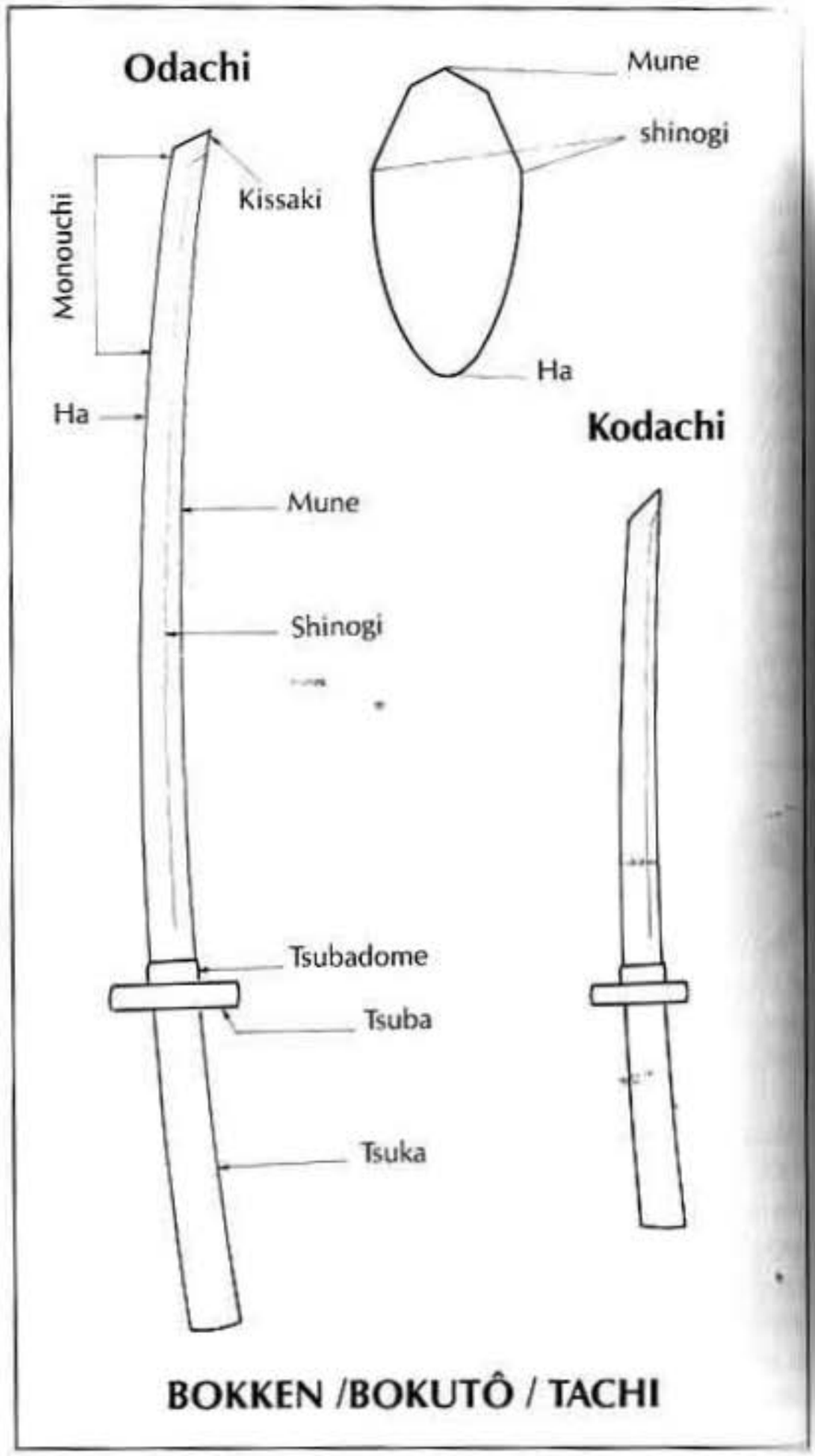
Partiellement reproduit de *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, avec la permission du Président.

posture. Movements are large and circular, and in some cases resemble techniques used in Shindô Musô Ryû for the Jo.

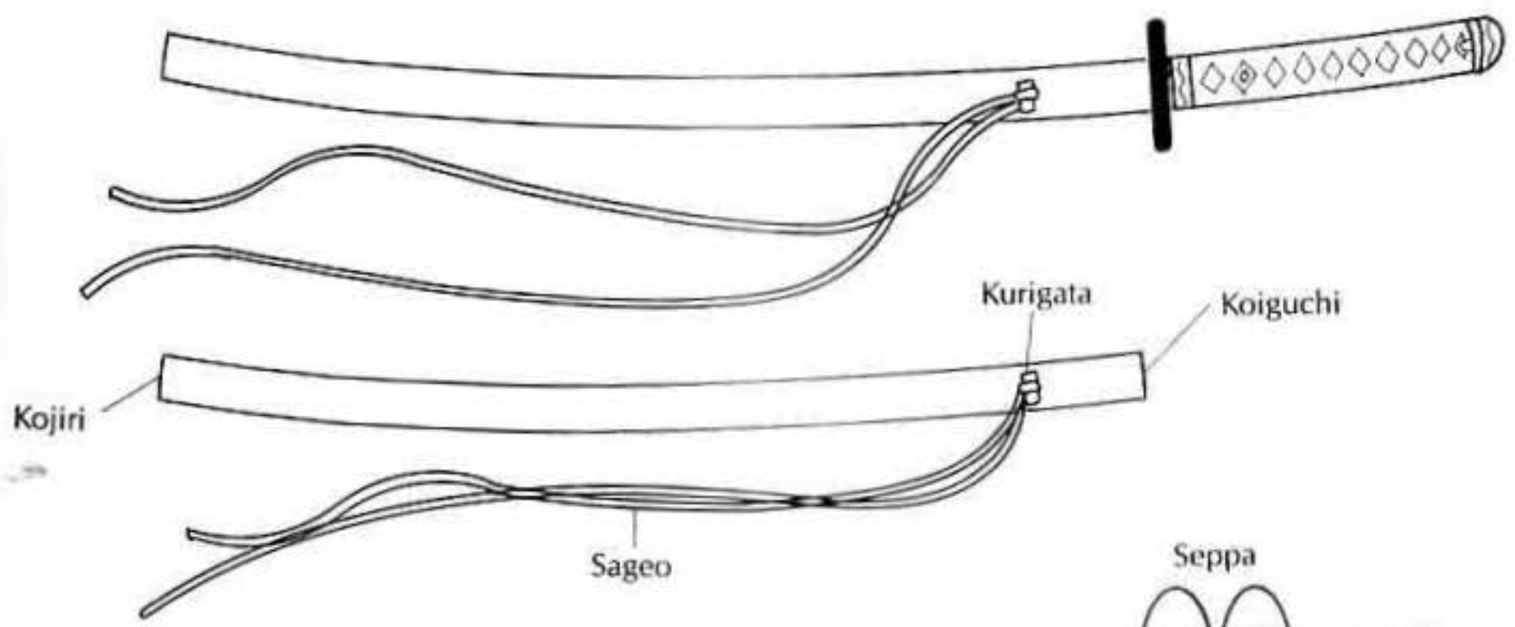
The names of the Kata are as follows:

1. Ai suri
2. Ai suri
3. Jû
4. Chibarai
5. Sarin
6. Uke nagashi
7. Nitô ai
8. Suri komi
9. Inchû
10. Uke kaeshi
11. Miuki dome
12. Tsuki dashi

Partly reproduced from *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, by permission of the President.

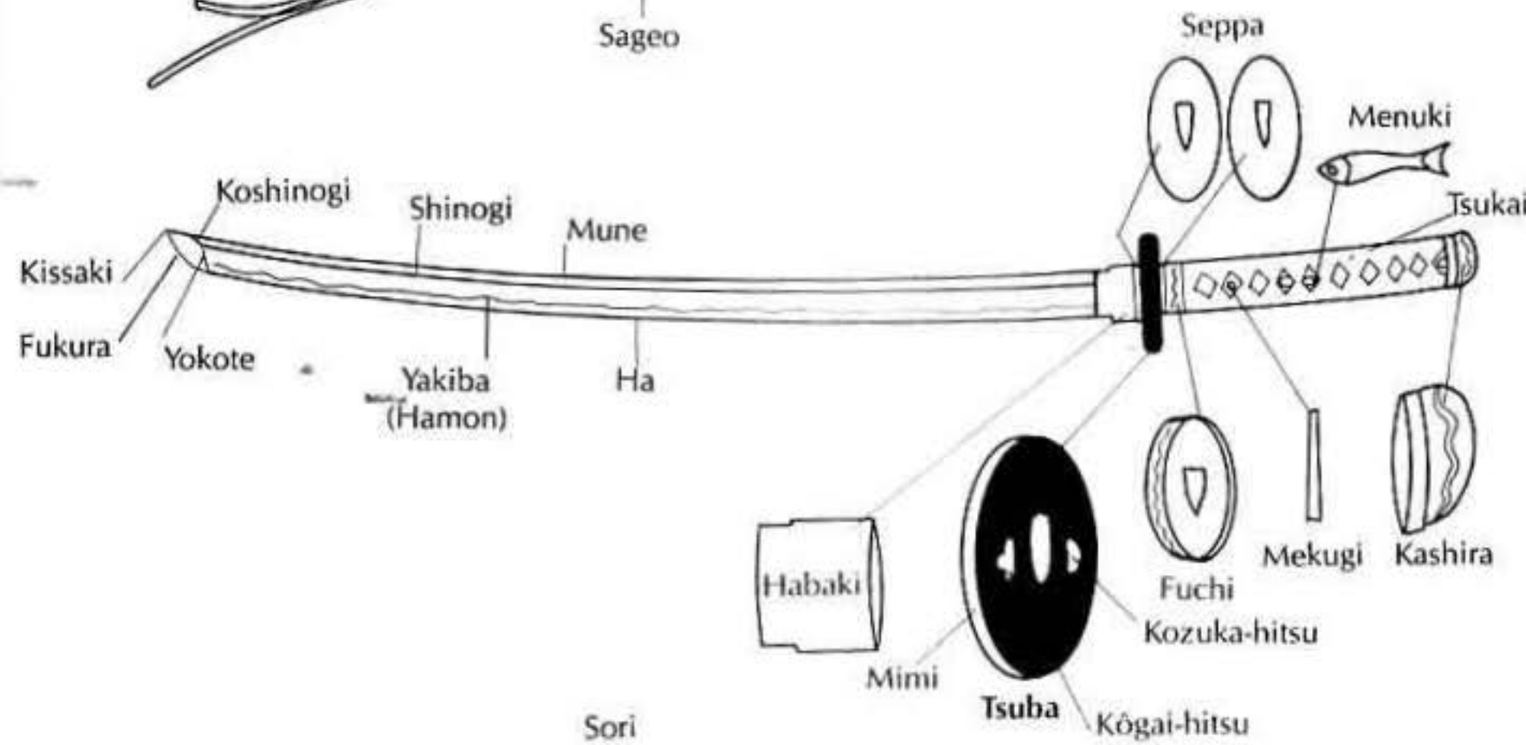


BOKKEN /BOKUTÔ / TACHI



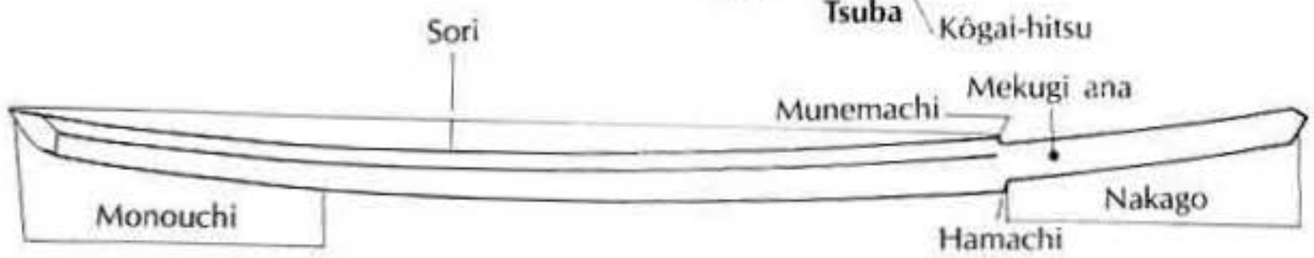
KATANA
Sabre japonais / Japanese swo

SAYA
Fourreau /scabbard



NOMENCLATURE DE LA LAME MONTÉE

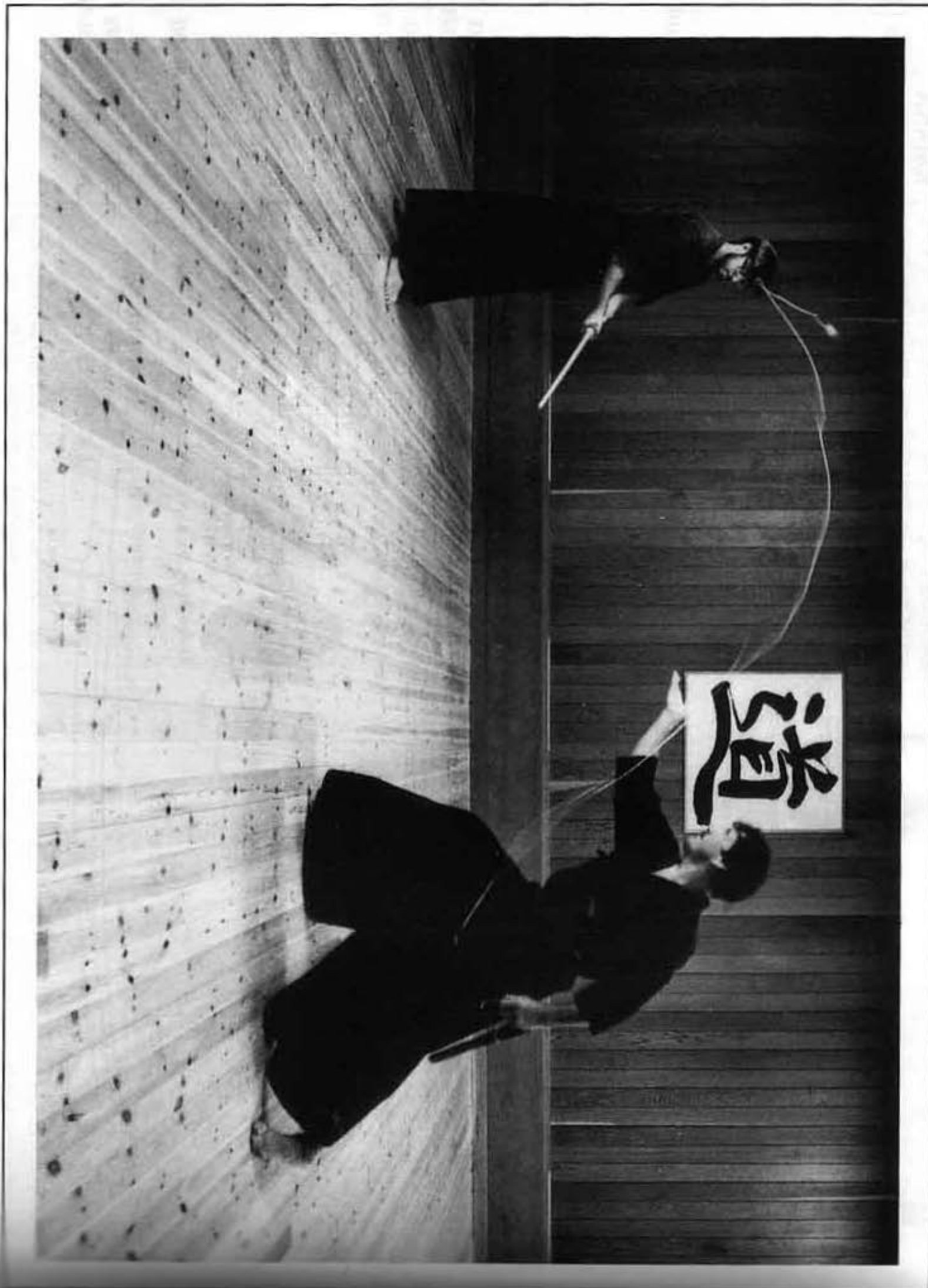
NOMENCLATURE OF THE MOUNTED BLADE



NOMENCLATURE DE LA LAME NUE

NOMENCLATURE OF THE BARE BLADE

isshin ryû kusarigamajutsu



鎖鎌術

ISSHIN Ryû est enseigné aux pratiquants de Shindô Musô Ryû lorsque ceux-ci ont atteint un niveau relativement haut. Le Jojutsu et le Kusarigamajutsu ont été associés dès la seconde ou la troisième génération après le fondateur de Shindô Musô Ryû, Musô Gonnosuke, mais ceci n'est pas certain. Des manuscrits de Isshin Ryû retracent les origines de cet art jusqu'à un moine bouddhiste du nom de Jion. Ce dernier vivait dans le Temple de Jûfukuji, à Kamakura, durant la période de Ôei (1394-1427). Jion était connu sous le nom de Sôma Shirô Yoshimoto. Il était expert en Kenjutsu et en Sôjutsu (art de la lance).

Si l'on en croit la légende, c'est après de nombreux jours de prières dédiées aux divinités de Katori et de Kashima, qu'une nuit, Jion vit apparaître un esprit tenant une faucille dans sa main droite et un poids de métal dans sa main gauche. Cette vision encouragea Jion à créer cette tradition de Kusarigama — une arme composée d'une faucille grandement modifiée avec une chaîne, lestée d'un poids, attachée au manche.

Ce même Jion est plus connu comme le fondateur de la fameuse lignée de Nen Ryû (tradition de Kenjutsu et autres arts comprenant des armes). Actuellement, certaines autorités de Nen Ryû contestent que Jion ait été directement associé à Isshin Ryû. Néanmoins, sa généalogie traditionnelle nous le désigne comme son fondateur. D'autres sources stipulent qu'un Tan Isshin fut le véritable fondateur de cet art du Kusarigama, et que ce dernier étudia Nen Ryû sous Jion. Ceci peut expliquer l'hypothèse que Isshin Ryû soit dérivé des enseignements de Jion. Les mêmes sources affirment que cette tradition comprend l'usage du Bô (grand bâton) et du Hôbakujutsu (art de l'arrestation). Lorsqu'on se souvient que le Kusarigama et le Bô étaient considérés comme les armes favorites des forces de l'ordre du début du 17e siècle, on peut accepter l'idée que ces trois arts aient pu être enseignés comme un ensemble cohérent de techni-

THE Isshin Ryû is taught to Shindô Musô Ryû trainees at an advanced level. The two arts are said to have been associated since the second or third generation after Shindô Musô Ryû founder Musô Gonnosuke, but this is not certain. The stories of the Isshin Ryû trace its origins back to a Buddhist monk named Jion who lived at the Jûfukuji Temple in Kamakura during the Ôei era (1394-1427). Jion's popular name was Sôma Shirô Yoshimoto. He was an expert in Kenjutsu and Sôjutsu (spear art).

According to legend, one night after many days of prayers to the deities of Katori and Kashima Shrines, a spirit appeared in front of him with a sickle in his right hand and a metal weight in his left. This vision enabled Jion to create this tradition's Kusarigama — a composite weapon consisting of a greatly modified sickle, with a weighted chain attached to the handle.

This same Jion is best known as the founder of the famous Nen Ryû line of Kenjutsu and other weapons arts. Today, some Nen Ryû authorities argue that their Jion is not directly associated with the Isshin Ryû. Nevertheless, he is cited as the founder by its traditional lineage. Certain other sources say that a certain Tan Isshin was actually the founder of this type of Kusarigama art, and that Tan was a student of the Nen Ryû under Jion. This connection may explain the claim that Isshin Ryû derives from Jion's teachings. The same source states that this tradition also includes use of the Bô (staff) and Hôbakujutsu (arresting art). If we recall that in the early 1600s, the Kusarigama and the Bô were the favourite weapons of peace officers, then it would be natural for these three arts to be taught as a coherent and integrated set of skills. As we will see later, the Jutte replaced the sickle and weighted chain in this role somewhat later in the Tokugawa period.

ques. Comme on le verra plus tard, le Jutte remplacera progressivement le Kusarigama, dans la période de Tokugawa.

Dans beaucoup de pays, la faucille, en tant qu'arme, est généralement dérivée d'un instrument agricole pour moissonner le blé. Au Japon, cependant, le prédécesseur immédiat du Kusarigama était le Jingama. Cette faucille de campement était utilisée par les soldats de rang inférieur pour défricher les emplacements destinés aux bivouacs, durant la période de Muromachi (1331-1573). Cette faucille servait également à couper le fourrage destiné aux chevaux ou, dans les cas d'urgence, comme les incendies d'étables ou de champs, pour libérer les bêtes en coupant les cordes qui les retenaient. Cet outil, d'une dimension assez importante, était porté dans le dos ou maintenu dans un étui aisément accessible fixé au bas des reins. En cas d'embûches, cet objet devenait une arme très appréciée des soldats.

Alors que la plupart des Kusarigama de combat comportaient une lame assez courte et recourbée, à tranchant unique, pourvue d'un manche de bois, au Japon, tous les styles de Kusarigama utilisent des armes qui diffèrent beaucoup de tout outil agricole disponible aux époques correspondantes. Le manche est souvent renforcé par des bandes d'acier et comporte quelquefois une garde métallique. La chaîne et le poids dérivent, semble-t-il, du Kombi chinois (arme pour appréhender les criminels). Au Japon, la chaîne était en fait reliée au sommet du manche, près de la lame, loin de la poignée et de la garde. Dans certains modèles, la chaîne était fixée à l'autre extrémité du manche, ou même au centre du manche de bois.

Tous les Kusarigama comportent plusieurs armes en une seule. Mais l'arme de Isshin Ryû est unique en son genre: la lame n'est pas recourbée mais droite, à double tranchants, et longue d'environ 30 cm. Elle est destinée à tailler, à couper, à porter des coups d'estoc, à bloquer et à parer. La position de la garde en métal (Goken) qui relie la lame au manche, formant ainsi une zone de sécurité pour

In many countries the sickle as a weapon derives from the agricultural tool used for harvesting grain, but in Japan its immediate predecessor was the Jingama. This camp sickle was used by lower levels of fighting men to clear the grass from bivouac sites during the Muromachi period (1331-1573). It also came in handy for cutting fodder for horses and, in emergencies such as stable or grass fires, for cutting fettered horses free from their restraining ropes. This rather large tool was either carried slung over the back, or thrust through the sash at the small of the lower back for easy access. There, it must have provided soldiers with a convenient "weapon-usable object" when under ambush.

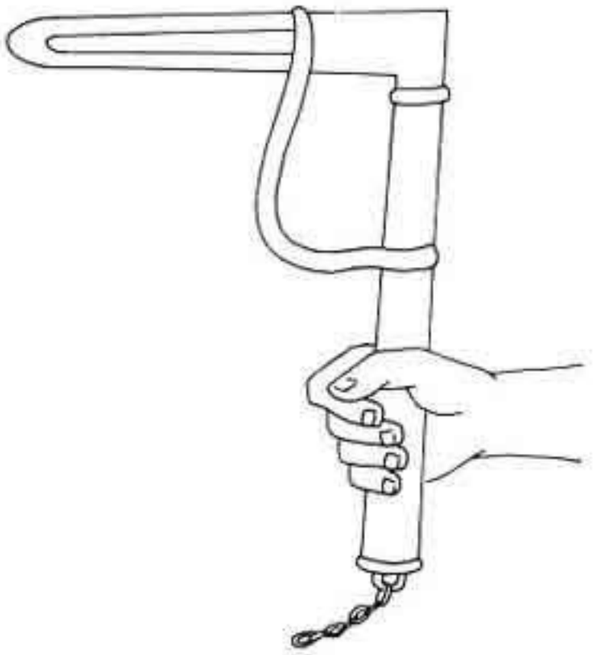
While most actual combat-use Kama have somewhat curved, short, single-edged blade hafted to a wooden handle, in every Japanese style they are much altered in detail from any farmer's tool available at that time. The handle is often reinforced with steel bands or spines, and is sometimes fitted with a handguard. The chain and weight are said to derive from the Chinese Kombi, a weapon used for apprehending criminals. In Japan, the chain is usually attached to the end of the sickle away from the gripping area and guard, that is, up the handle near the blade. There were some which had it fitted to the butt end, or even in the middle of the wooden portion.

All Kusarigama are several weapons in one, but the Isshin Ryû weapon is unique in a number of ways. Its blade is straight, not curved, about 30 cm long and double-edged. It is used for slashing and cutting, as well as thrusting in the manner of a knife. This versatility results from the design of the wooden handle (Tsuka), a hard wood shaft 36 cm long which is practical for striking, thrusting, blocking and parrying. By attaching the iron guard (Goken) to the blade

la main, à la jonction perpendiculaire, permet de tenir le Kusarigama de Isshin Ryû d'au moins deux façons. Cela signifie que l'arme peut être également utilisée d'une manière que la plupart des Ryû considéreraient comme «inversée», la lame étant au-dessous de la main alors que la chaîne se trouve en haut, éloignée de la main. La chaîne (Kusari) mesure 3 m 60 (12 Shaku, correspondant aux mois de l'année) et comporte 350 maillons (pour les jours de l'année). Dans les modèles particulièrement bien exécutés, on peut remarquer que la dimension des maillons diminue au fur et à mesure qu'ils se rapprochent du poids (Fundô). Cette chaîne de 3 m 60 était considérée comme très longue, la plupart des faucilles japonaises ne comportant pas de chaînes excédant la longueur d'une taille d'homme. Cette dimension plus discrète permettait de contrôler plus facilement la totalité de la chaîne en tenant, à bout de bras, la faucille dans une main, et la chaîne dans l'autre. La longueur de la chaîne de Isshin Ryû offre cependant la possibilité de la manier comme un fléau pour distraire et décentrer l'ennemi, ou de la faire tournoyer en cercles verticaux pour maintenir ce dernier à distance, tout en réservant assez de chaîne pour l'attaquer à tout instant simplement en libérant les maillons gardés en réserve.

La chaîne peut être lancée pour emprisonner le sabre de l'ennemi depuis une distance sûre, mais elle est surtout utilisée pour propulser le poids. Cette boule de métal pèse 113 grammes. Bien qu'elle soit, en général, fortement accélérée par la rotation de la chaîne avant d'être lâchée, cette boule peut également être lancée à la main. Les cibles les plus importantes sont le visage, le sommet du crâne, la colonne vertébrale, ainsi que d'autres endroits exposés.

Pour l'entraînement, on utilise un Kusarigama entièrement en bois (à part la garde qui est en fer). La chaîne est remplacée par une corde, et la boule par un petit sac en peau de daim bourré de coton. Il est alors possible d'effectuer des attaques réelles sur un adversaire pour s'entraîner à at-

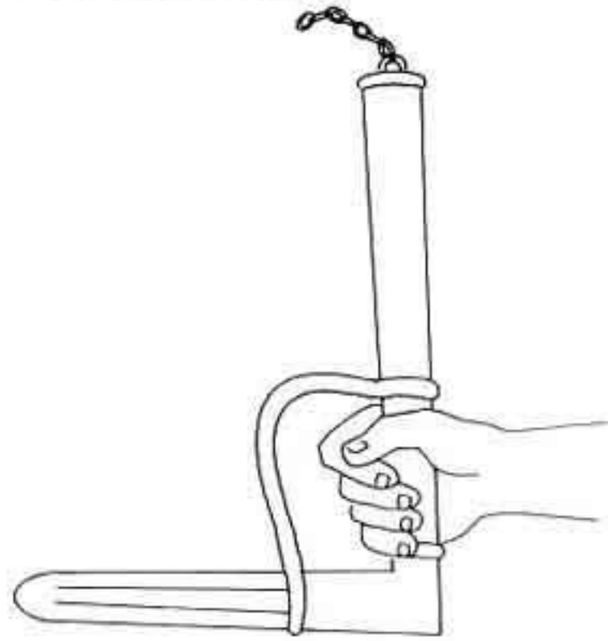


Deux manières différentes de tenir le Kusarigama de Isshin Ryû.

and the handle to form a safety zone for the hand at the perpendicular junction of the wood and metal portions of the weapon, the Ishhin Ryû Kusarigama can be grasped in at least two ways. This means that it can also be used in what most Ryû would consider an upside-down manner, blade down just below the hand, while the chain remains up and away from the hand. The steel chain is 3,6 m long (12 Shaku, coinciding with the months of the year) and is said to have 350 links representing the days. In well-made models, the size of the links decreased as they got closer to the weight (Fundô). This 3,6 metre length is considered very long since most Japanese sickles have chains about the length of a man's height. This shorter length meant that it was easy to control the entire chain simply by grasping the sickle handle on one hand, the chain in the other, and extending the arms. The lengthy Isshin Ryû chain, on the other hand, can be used in a flail-like fashion to distract and upset the enemy, or swung in vertical circles to keep him at a safe distance while reserving sufficient chain to attack him at any time by simply releasing the remaining links. It may be thrown to ensnarl the enemy's sword from a safe distance, and is especially important for propelling the Fundô. This metal ball weighs 113 grams and while it is most often accelerated by swinging the chain before its release, it may be thrown by hand as well. Major targets are the face and top of the head, backbone and other exposed areas.

For training purposes, a wooden Kusarigama is used, except for the guard, which is made of iron, with a rope serving as the chain. A deer skin leather ball stuffed with cotton makes it possible to actually attack one's partner for Fundô target practice, but the speed and power of even this mock weight can stun and leave welts.

Two different ways of holding Isshin Ryû Kusarigama.



Buko Ryû Kusarigama

teindre les cibles avec le Fundô. La rapidité et la puissance de ce Fundô d'entraînement sont telles qu'il peut étourdir et laisser des marques.

Il est permis de douter que le Kusarigama ait eu un rôle au sein de combats organisés. Il était quasiment inutilisable dans les mêlées qui caractérisaient les batailles de l'ère de Muromachi. Il y aurait été un danger pour les deux partis. De plus, le Kusarigama ne pouvait être efficace qu'à découvert, car les branches des arbres ou tout autre obstacle auraient vite rendu la chaîne encombrante. L'utilisation la plus appropriée semble avoir été réservée au combat singulier, comme les confrontations en duel, et les situations d'arrestations communes aux forces de l'ordre. Mais le fait le plus important reste peut-être que le Kusarigama était d'un maniement difficile et dangereux, exigeant beaucoup d'entraînement.

Il y a 12 Kata dans la série de Omote, et 12 dans la série Ura. Il existe également une série Okuden de 6 Kata. D'autre part, une série utilisant le Chôe no kama (faucille à long manche) comprend 8 Kata. Cette dernière série est rarement enseignée.

Les noms des Kata de Omote et Ura sont identiques:

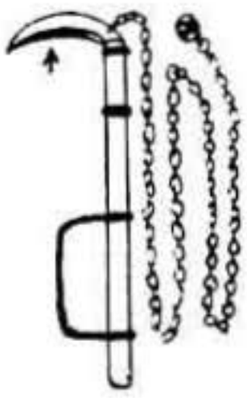
1. Ishiki
2. Soemi
3. Hagaeshi
4. Mugan
5. Jûmonji
6. Furikomi (Zen)
7. Furikomi (Go)
8. Isô no nami
9. Tatsumi no maki (ou Maki otoshi)
10. Midokorozume
11. Ukibune (ou Ukifune)
12. Sodegarami

Oku :

1. Mae
2. Ushiro
3. Hidari
4. Migi
5. Yariai (Jô)
6. Yariai (Ge)

Partiellement reproduit de *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, avec la permission du Président.

Araki Ryû Kusarigama



The use of the Kusarigama as a weapon of organized combat is doubtful since it could not be used in the mass mêlée situations common to battle of the Muromachi era for fear of injuring one's allies. Further, it could only be used in open areas since tree branches and other obstructions would quickly render the chain a useless liability. It was perhaps best suited for single combat confrontations like duels, and arresting situations common in law enforcement. Perhaps most importantly, it was difficult and dangerous to use, and required a great amount of practice.

There are twelve Omote Kata, twelve Ura Kata, and six Oku forms in the Isshin Ryû. All of these use the Kusarigama described above. In addition, there is also another form of sickle in this art, though its use is taught very rarely. It is the Chôe no kama (literally: long-handled sickle). Eight Kata embody the use of this weapon.

The names of the Kata are identical for the Omote and the Ura forms :

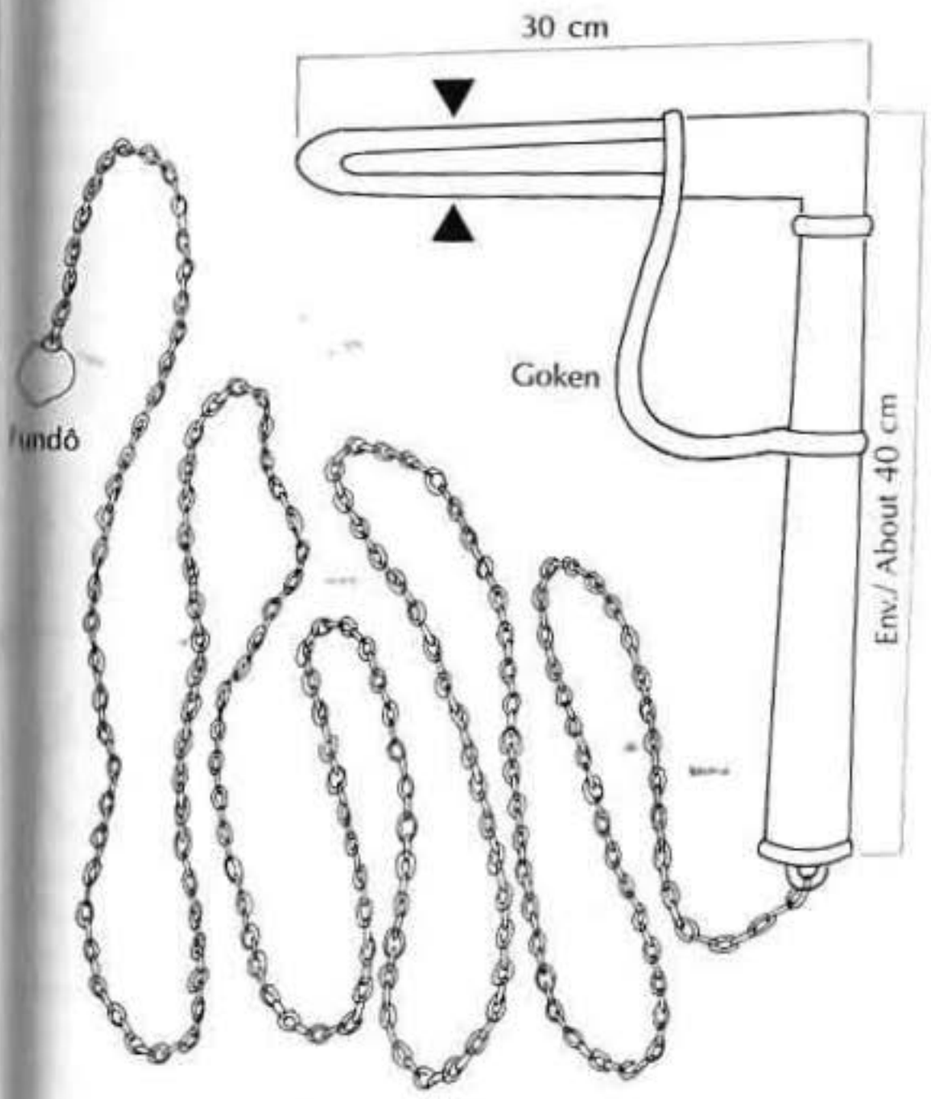
1. Ishiki
2. Soemi
3. Hagaeshi
4. Mugan
5. Jûmonji
6. Furikomi (Zen)
7. Furikomi (Go)
8. Isô no nami
9. Tatsumi no maki (or Maki otoshi)
10. Midokorozume
11. Ukibune (or Ukifune)
12. Sodegarami

Oku :

1. Mae
2. Ushiro
3. Hidari
4. Migi
5. Yariai (Jô)
6. Yariai (Ge)

Partly reproduced from *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, by permission of the President.

Unique en son genre, le Kusarigama de Isshin Ryû possède une lame à double tranchant et une garde spéciale permettant une variété de prises. Comparez-le à deux exemples typiques issus d'autres traditions, une de Bukô Ryû, l'autre de Araki Ryû.



Isshin Ryû Kusarigama

Kaminoda Tsunemori enseignant le Kusarigamajutsu à l'auteur dans le Dôjô de Dai Yon Kidôtai, Tôkyô, 1985.

The unique Isshin Ryu Kusarigama with a double-edged blade and a special hand guard that allows a variety of gripping methods. Compare it to the two more typical examples from other traditions: one from the Bukô Ryû and another from Araki Ryû.

Kaminoda Tsunemori teaching Kusarigamajutsu to the author in Dai Yon Kidôtai Dôjô, Tôkyô, 1985.

ikkaku ryû juttejutsu

十手術

Juttejutsu

LE Jutte est une sorte de matraque en fer utilisée pour l'auto-défense. Elle consiste en une tige de métal avec un fourchon faisant saillie vers l'avant, juste au-dessus de la poignée, et une sorte d'anneau cônique en guise de pommeau. Le Jutte est de forme et de longueur variées dépendant du Ryû auquel il appartient. On a catalogué plus de 200 formes différentes. Le mot Jutte est écrit avec deux caractères signifiant «dix mains».

Il y a plusieurs théories quant à l'origine de cette arme. Un livre intitulé «Jutte Hojô no Kenkyû» (Etude sur la matraque et la corde) de Nawa Yumio, une autorité sur le sujet, décrit trois possibilités:

1. Le Tettô (sabre de fer), une matraque sans fourchon.
2. Le Hananeji (vis nasale), un outil en bois pour contrôler les chevaux.
3. Une arme chinoise ressemblant au Sai du Karate d'Okinawa.

On pense que l'ancêtre du Jutte vit le jour à l'époque de Muromachi (1331-1573). C'était une arme en bois d'une longueur égale à celle d'un sabre, destinée à être tenue à deux mains. A la fin de la période de Sengoku (1467-1573), quelques-unes de ces longues armes étaient appelées Uchiharai Jutte (Jutte pour coups et parades). Ils étaient transportés dans des fourreaux à la manière des sabres, et, à part leur grande dimension, n'étaient pas très différents du Jutte qui devint populaire à l'époque d'Edo.

D'autres sources désignent encore un ancêtre possible utilisé durant la période de Sengoku: le Hachiwari (briseur de crânes), plus populairement connu sous le nom de Kabutowari (briseur de casques). Cette courte matraque de fer était montée comme un petit sabre ou un couteau pour percer les armures (Yoroi Dôshi), avec une poignée et un fourreau en bois. Cependant, le Hachiwari n'avait pas de tranchant; seule la pointe était aiguisée. Il est possible que son poids et sa solidité firent que cette arme fut plus souvent

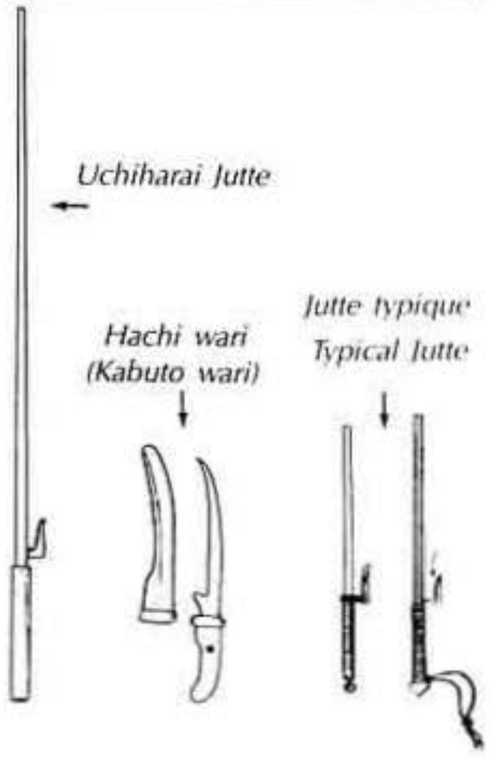
THE Jutte is an iron, truncheon-like self-defence weapon consisting of a shaft, a tine or prong projecting forward from just above the grip, and some sort of end ring or finial below the grip space. Jutte vary in design and length depending on the Ryû, and some 200 varieties have been catalogued. The word Jutte is written with characters that signify "ten hands".

There are several theories as to the origins of this weapon. A book called "Jutte Hojô no Kenkyû" (Research on the Truncheon and Tying cord) by Nawa Yumio, an authority in the field, lists three possibilities:

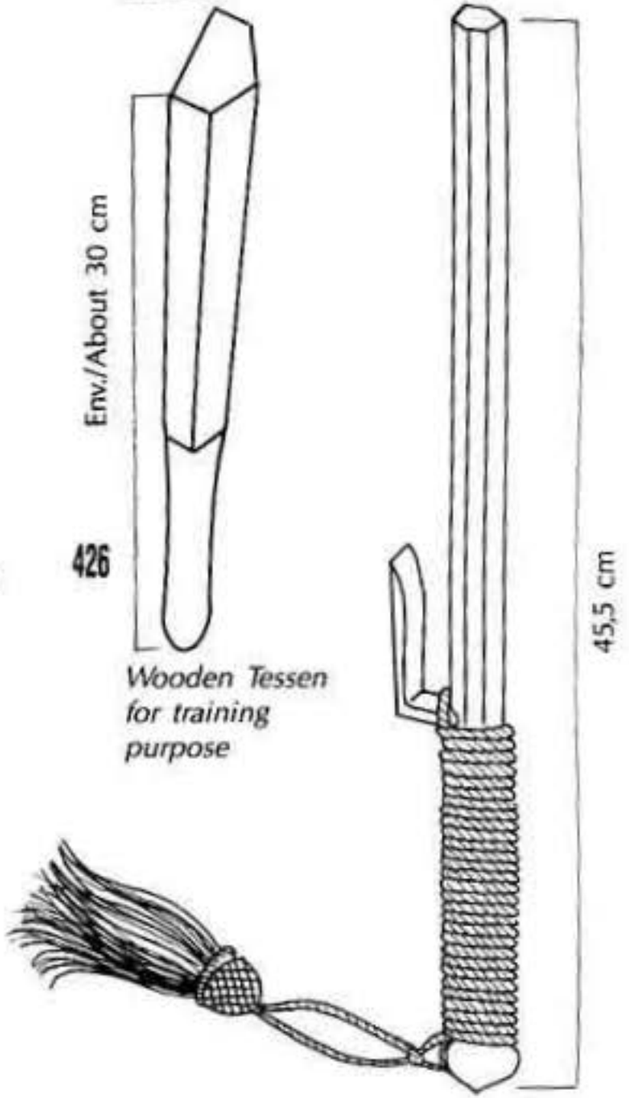
1. The Tettô (iron sword), a truncheon without tine.
2. The Hananeji (nose screw), a wooden tool for controlling horses.
3. A Chinese weapon resembling the Sai of Okinawan Karate.

It is thought that an ancestral Jutte appeared in Muromachi times (1331-1573) as a wooden weapon equal in length to swords and designed to be used in a two-handed fashion. Near the end of the Sengoku period (1467-1573), some of these large types were called Uchiharai Jutte (strike and parry Jutte). They were carried in the sash like swords and, except for their great size, were not very different from the final morphology that became popular during the peaceful Edo days.

Other sources point to another possible forerunner from the Sengoku period. This was the Hachiwari (crown breaker), popularly called Kabutowari (helmet breaker). This short iron truncheon was mounted like a short sword or armour-



Jutte hexagonal de Ikkaku Ryû



Hexagonal Jutte of Ikkaku Ryû

utilisée pour le combat rapproché en armure que les deux autres armes auxquelles sa monture fait penser. Le père de Miyamoto Musashi, Munisai, avait la réputation d'être un maître en matière de Kabutowari à l'aide de cette arme. On dit même qu'il reçut des félicitations du Shôgun Ashikaga pour son habileté.

Cependant, le Hachiwari était si court qu'il paraît improbable que quelqu'un ait pu être assez puissant pour fendre un casque avec une arme si petite. Aussi, la plupart des experts actuels pensent que «briseur de casques» était une expression symbolique signifiant: «vaincre un ennemi en armure». L'utilisateur devait entrer en corps-à-corps et frapper son ennemi avec la poignée du Hachiwari ou insérer la pointe dans l'une des interstices ou autre défaut de l'armure.

Le fondateur de Ikkaku Ryû, Matsuzaki Kinzaemon, était également Grand-Maître de Shindô Musô Ryû. De son temps, le Jutte devait déjà avoir la forme populaire que nous lui connaissons, forme qui fut largement adoptée par la police du gouvernement de Tokugawa. Cette forme de Jutte était utilisée comme protection contre le sabre, et comme arme auxiliaire dans les techniques d'arrestation.

Le Jutte mesure 45,5 cm et pèse environ 500 grammes. L'arme particulière utilisée par Ikkaku Ryû était de forme hexagonale avec un fourchon faisant saillie sur l'une des arêtes plutôt que sur un des côtés plats. Ceci signifie que les coups étaient donnés avec les arêtes plutôt qu'avec les surfaces plates. De plus, l'intérieur du fourchon était aiguisé de façon à pouvoir couper dans le cas d'un combat rapproché. Ainsi le Jutte de Ikkaku Ryû, bien que de courte dimension, n'en était pas moins une arme redoutable dans les mains d'un homme entraîné. Certains pensent que les Jutte aux dimensions de plus en plus courtes qui caractérisent la fin de l'époque d'Edo donnent lieu à croire que le niveau d'habileté des Bushi urbanisés étaient en fort déclin.

---

piercing knife (Yoroi dôshi) complete with grip and sheath of wood. However, Hachiwari had no cutting edge and were sharp only at their tips. It is possible that due to its weight and durability, this weapon proved more useful in close quarters grappling in armour than either of the two weapons which it was mounted to resemble. Miyamoto Musashi's father, Munisai, had the reputation of being a master of "helmet breaking" using this weapon. It is even said that he was praised by the Ashikaga Shôgun for this skill.

However, because of the short length of the Hachiwari, it seems most unlikely that anyone could develop the power to crack a helmet bowl with such a small weapon. Thus, most experts today assume that "helmet breaking" symbolically refers to defeating an armoured opponent. The user would have to enter in close, and deal with his attacker by beating him with the shaft of the Hachiwari, or perhaps dispatch him with the tip, making use of the interstices or other unprotected openings in the armour.

The founder of Ikkaku Ryû was Matsuzaki Kinzaemon, said to have been the third Headmaster of the Shindô Musô Ryû. By his day, the Jutte had probably been refined to its most popular shape, a configuration that became widespread for police use during the Tokugawa period. This type was used to protect the user from sword attacks, and to facilitate making arrests.

The Jutte is 45,5 cm long and weighs about 500 grams. The particular weapon used in Ikkaku Ryû had a hexagonal shaft cross-section with the tine attached at one of the corners rather than on one of the flat, side surfaces. This means that strikes were made with a pointed corner rather than a flat surface. Moreover, the inside of the tine was sharpened to

Il existe même des exemples de Jutte minuscules décorés et portés par les dames d'Edo en guise d'accessoires à la mode.

D'une manière spécifique, la couleur de la corde nouée autour de la poignée du Jutte indiquait le niveau social de son possesseur ou le rang de l'officier de police. Ceci est également vrai dans Ikkaku Ryû; la poignée est entourée d'une corde qui pend de l'extrémité en une boucle ornée de glands. Ces derniers, lorsqu'ils sont projetés dans les yeux de l'ennemi, ont pour but de le déconcentrer. Le sens exact des couleurs du cordon diffère selon les endroits et les époques, mais, en principe, l'ordre des grades suivant était constant: par ordre d'importance, pourpre, violet, rouge et noir.

Ikkaku Ryû comprend 12 Kata de Omote et 12 Kata de Ura. Plusieurs techniques requièrent l'usage du Tessen (éventail de fer). Certains pensent qu'à l'origine le Hananeji (vis nasale) était utilisé en place du Tessen. Mais cet outil avait été abandonné en faveur de l'éventail car le Hananeji était un instrument de guerrier de peu d'importance et indigne d'un Bushi de haut rang.

Les noms des Kata sont les suivants:

1. Uken
2. Saken
3. Zanken
4. Keageken
5. Ichiranken
6. Irimiken
7. Ippuken
8. Meateken
9. Utoken
10. Gorinken
11. Isseiken
12. Kasumiken

Les noms sont identiques pour la série Ura.

Partiellement reproduit de *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, avec la permission du Président.

Kaminoda Tsunemori (Jutte) et Donn F. Draeger (Bokken), dans une démonstration de Jutte au Shung Dô Kwan, Genève, 1980.

allow cutting when engaged in close combat. Thus, the Ikkaku Ryû Jutte, though short, was still a formidable weapon in the hands of a trained user. Some feel that the greatly decreased size of the Jutte in the later Edo period may be taken as an indication of a general decline in the level of swordsmanship among urbanized Bushi. We even have examples of tiny, decorated Jutte which were carried by some Edo ladies as a fashion accessory.

More specifically, it was the colour of the cord wrapped around the handle of the Jutte which indicated the social level of its bearer, or the rank of the police officer. This is true of the Ikkaku Ryû, in which the cord is wrapped around the grip space and hangs down in a loop decorated with tassles that were used to break the enemy's concentration by flicking them in his eyes. The exact meaning of the colours varied with the times and the place, but basically the following rank order was consistent; in descending order, they were reddish-purple, purple, red and black.

The Ikkaku Ryû has twelve Omote Kata and twelve Ura training forms. Several of these also include the use of the iron fan (Tessen) along with the Jutte. Some suggest that this may have originally been the longer and more practical Hananeji but that this was later changed to the Tessen since the Hananeji was a lower warrior's tool and thus unbecoming of a warrior of status.

For the names of the Kata, see the French version above.

The names are identical for the Ura form.

Partly reproduced from *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, by permission of the President.

Kaminoda Tsunemori (Jutte) and Donn F. Draeger (Bokken), demonstrating a Jutte technique at the Shung Dô Kwan, Geneva, 1980.

ittatsu ryû hojôjutsu

捕縄術

Hojôjutsu

ÉPOQUE exacte à laquelle fut créé le premier Ryû de Hojôjutsu n'est pas connue. De vieux documents illustrant des scènes du début du 14e siècle décrivent quelquefois son utilisation, mais ces documents eux-mêmes ne datent que de la période d'Edo (1603-1868). Certainement, l'importance des otages dans les événements politiques et militaires de ces temps reculés peut avoir fait du Hojôjutsu un art essentiel pour tout guerrier. De nombreux Bushi avaient inclus dans les éléments de leur armure une longueur de corde dont ils s'entouraient la taille, renforçant ainsi la couche protectrice contre les nombreux coups de sabre portés à cet endroit vulnérable. De plus, cette longueur de corde devenait très pratique lorsqu'il fallait escalader des obstacles, attacher les chevaux, faire des garrots, construire des abris, et, enfin et surtout, lors de la capture d'un ennemi de valeur.

Plus philosophiquement, le fait d'être assez habile pour capturer un ennemi vivant était jugé essentiel. Cela représentait un contrôle de soi remarquable. Cela reflétait également le pouvoir de transformer Satsujinken (le sabre qui prend la vie) en Katsujinken (le sabre qui préserve la vie).

Près de 125 Ryû de l'ère de Tokugawa ont inclus la pratique du Hojôjutsu dans leur curriculum. Take no Uchi Ryû semble avoir été un des pionniers dans la codification d'un système de ligature. Cependant, certaines références littéraires faisant allusion à cet art remontent bien plus loin dans l'histoire. Plus proche de nous, les deux maîtres de Hojôjutsu les plus connus sont Takemoto Kichidayû de Hôen Ryû, et Shiraishi Hanjirô de Ittatsu Ryû.

Ittatsu Ryû fut fondé par Matsuzaki Kinzaemon, de la lignée de Shindô Musô Ryû, disciple de Musô Gonnosuke. On peut donc dire que ce style est très ancien et que son association avec le Jojutsu l'est tout autant.

La longueur de la corde utilisée par Ittatsu Ryû est de 5 m. Son diamètre est de 3,5 mm. Le Hojôjutsu n'est pas seu-

---

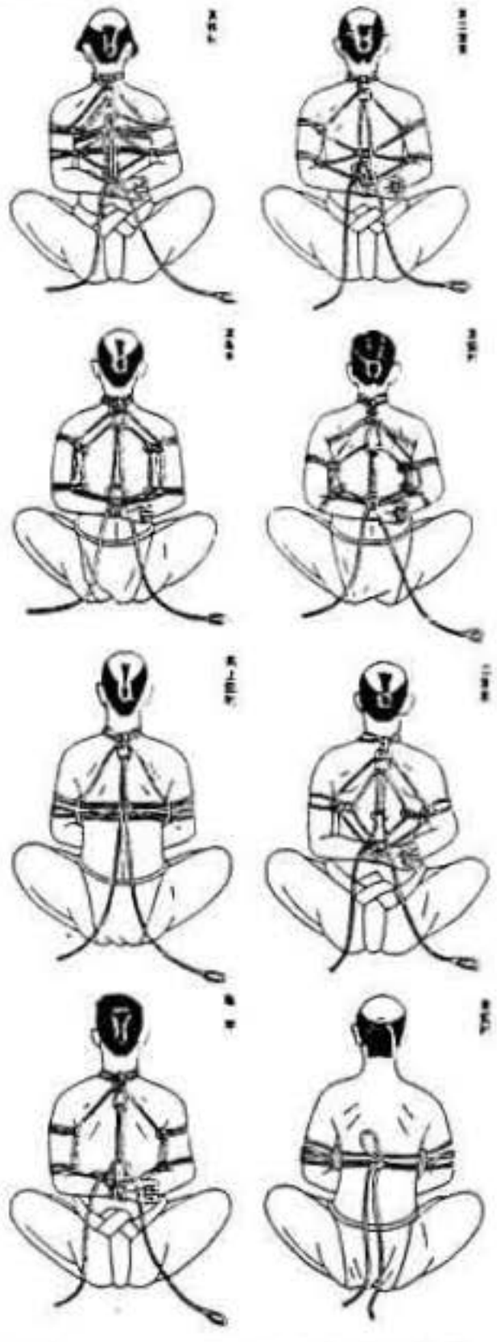
THE exact time of the founding of the first formal Ryû of Hojôjutsu is unknown. Old prints illustrating scenes from stories of the 1300s sometimes show it in use, but the prints themselves date from the Edo period (1603-1868). Certainly, the importance of hostages in the political and military events of earlier times may have made such an art important for any warrior. As part of their battledress, many warriors wore a length of cord or rope wrapped around the waist in a way that provided an extra layer of protection from cuts to the vulnerable hip area. In addition, the rope came in handy for climbing, tethering horses, tying off wounds, building shelters, and, last but not the least, restraining valuable captured enemies.

From a more philosophical angle, obtaining a level of skill that enables one to capture an enemy alive was seen to be essential. It represented self-control, the ability to mitigate one's Satsujinken (the sword that takes life) with Katsujinken (the sword that preserves life).

It has been recorded that some 125 Ryû of the Tokugawa era included Hojôjutsu in their curriculum. The Take no Uchi Ryû seems to have been one of the earliest to codify a tying system, but literary references to its use go much further back into history. Especially famous latter-day masters of cord tying were Takemoto Kichidaiyû of the Hôen Ryû and Shiraishi Hanjirô of the Ittatsu Ryû.

Ittatsu Ryû was founded by Matsuzaki Kinzaemon of the Shindô Musô Ryû line, a direct student of Musô Gonnosuke. Thus it is a very old form of Hojôjutsu and its association with the stick art is of equal antiquity. The length of rope used in Ittatsu Ryû measures 5 m and the cord has

Ligatures compliquées de Ittatsu Ryû illustrées dans un ouvrage traitant de cet art.



Elaborate ties from the Ittatsu Ryû as illustrated in a book on the art.

lement l'art de ligoter un individu de n'importe quelle manière, aussi efficace soit-elle. Alors que les structures d'un système social figé mis en place par les Tokugawa devenaient de plus en plus rigides, la manière de ligoter un prisonnier faisait l'objet d'une attention toute particulière. La méthode variait selon que la personne liée était du sexe masculin ou féminin. Un guerrier n'était pas restreint de la même manière qu'un homme du peuple, ni un moine bouddhiste comme un prêtre shintô.

Ittatsu Ryû propose 25 méthodes de ligature, chacune correspondant à un but spécifique, ou au grade du prisonnier. Une ligature inappropriée était déshonorante non seulement pour le prisonnier, mais aussi pour celui qui l'avait faite. Certaines formes de ligature extrêmement compliquées pouvaient même être qualifiées d'artistiques.

La corde était généralement enroulée avec soin et gardée à l'intérieur du kimono, dans un endroit d'accès facile. Le Hojôjutsu était utilisé après avoir rendu la personne visée semi-consciente ou dans l'incapacité de poursuivre le combat. Dans l'entraînement de Ittatsu Ryû, la ligature est appliquée sur un adversaire armé d'un sabre après l'avoir maîtrisé avec un Jutte. Aussi, le Hojôjutsu est-il intimement lié avec le Juttejutsu de Ikkaku Ryû mentionné précédemment. L'entraînement ne requérait pas nécessairement un adversaire. En effet, l'officier de police de cette époque, même seul, avait la possibilité de pratiquer ses ligatures sur un mannequin ingénieusement confectionné à cet effet par de nombreuses traditions de Hojôjutsu.

Dans le Japon moderne, les policiers utilisent encore le Hojôjutsu. Le port d'une corde par tout policier fut ratifié en 1875. Cette loi de l'époque de Meiji requérait que les policiers portent un uniforme et une casquette, un bâton, une corde, un carnet et un sifflet. Cette loi fut amendée en 1950 pour y inclure le port des menottes. Depuis, ces dernières ont largement remplacé la corde pour les arrestations com-

a diameter of about 3,5 mm. Hojôjutsu is not simply tying someone up in any fashion, no matter how effectively it may restrain the individual. As the Tokugawa goal of a rigidly frozen social system became increasingly established, great care came to be taken in tying a prisoner. Depending on whether the person was male or female, a Bushi or a commoner, Buddhist or Shintô priest, different methods would be used.

There are 25 tying methods in the complete Ittatsu tradition, each for a special purpose or grade of prisoner. The use of an incorrect technique would bring disgrace not only on the prisoner but to the person who was doing the tying. Some ties were extremely elaborate and could even be described as artistic.

The rope was usually carefully bundled and kept inside the kimono where it was readily accessible. Hojôjutsu would then be used after rendering the target person semi-conscious, and/or incapacitating him or her in some other way. In Ittatsu Ryû training, tying is usually performed against an attacking swordsman after subduing him with the Jutte. Thus, this art is closely integrated with the above-mentioned Ikkaku Ryû of Juttejutsu. Training did not always require a partner, however, because even when alone it was possible for the old-time law enforcement officer to practise tying thanks to ingeniously designed dolls especially prepared for this purpose by many Hojôjutsu traditions.

In modern Japan, policemen still make use of Hojôjutsu. The carrying of a Hojô by the police was stipulated in 1875. This Meiji period law states that policemen on duty will wear a uniform and hat, and carry a stick, rope, notebook and whistle. In 1950, it was amended to include handcuffs. Since then, these have mostly replaced the rope in normal

munes. Dans certains cas, toutefois, la corde est encore utilisée en combinaison avec les menottes, pour lier, par exemple, les chevilles d'un prisonnier trop remuant, ou pour emmener le captif.

Le Hojôjutsu utilisé par la police moderne est principalement adapté aux techniques de Ittatsu Ryû car Me Shimizu, Shihan du Ryû, était instructeur de police à l'époque où cet art y fut intégré.

Les Kata sont divisés en trois groupes. Les noms des Kata sont les suivants:

Partiellement reproduit de *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, avec la permission du Président.

---

arrest situations but not completely. The rope may still be used in combination with handcuffs, for tying the ankles of a kicking prisoner, or for leading the captive away.

Modern police Hojôjutsu is adapted primarily from the Ittatsu Ryû because Shimizu Sensei, Shihan of the Ryû, was the Police instructor during the time it was formulated.

The Kata are divided into three groups. The names of the Kata are as follows :

Partly reproduced from *JMAS* (Japan Martial Arts Society) *Newsletter*, Vol. 4, No 3, 1987, by permission of the President.

Ge (inférieur / lower)

1. Ichimonji haya nawa
2. Hagai tsuke haya nawa
3. Hitoe hishi nawa
4. Shin hagai tsuke nawa
5. Ya hazu nawa
6. Sumi chigai nawa
7. Shin tombô nawa
8. Happô karami nawa
9. Yagura hishi nawa

Chû (intermédiaire / middle)

1. Hishi haya nawa
2. Hishi nawa
3. Jûmonji nawa
4. Bajô hagai tsuke nawa
5. Tombô nawa
6. Shin futae hishi nawa
7. Shin kikô nawa
8. Yagura hishi nawa

Jô (supérieur / higher)

1. Jûmonji haya nawa
2. Jûmonji nawa
3. Futae hishi nawa
4. Kikô nawa
5. Age maki nawa
6. Shin hagai tsuke nawa
7. Munawari hitoe hishi nawa
8. Kiri nawa

Kaminoda Tsunemori vient de terminer une technique de Hojôjutsu au Shung Dô Kwan, Genève, 1980.

Kaminoda Tsunemori having completed a Hojôjutsu technique at the Shung Dô Kwan, Geneva, 1980.

SHIN : Confiance

C'est être Maître de soi que d'inspirer la confiance ; la confiance en soi ne reflète que la maîtrise technique...

SHIN : Confidence

To Master yourself is to inspire trust. To feel self-confidence is to have mastered technique...

5

Le Jodô hors du Japon

Jodô outside Japan

LES quatre chapitres précédents vous ont convaincu, j'espère, que le style de Jodô de Shindô Musô Ryû est une valeur sûre, autant sur le plan culturel qu'éducatif. Ce style de Jodô vaut qu'on se donne la peine d'en préserver l'esprit et d'en encourager le développement à condition que celui-ci ne s'écarte pas de la ligne préconisée par Me Shimizu. Après une brève description de la situation du Jodô au Japon, je vous propose donc, dans ce dernier chapitre, d'examiner l'historique du développement du Jodô hors des frontières japonaises ainsi que la situation actuelle de cet art à travers le monde.

LE JODÔ AU JAPON, AUJOURD'HUI

Il n'est pas rare d'entendre les personnes familières avec Shindô Musô Ryû Jodô parler du style « Fukuoka » et du style « Tôkyô ». Qu'est-ce que cela veut dire ?

Du point de vue historique, Shindô Musô Ryû Jojutsu était un art martial du Clan Kuroda * de la région de Fukuoka, dans l'île de Kyûshû, au sud du Japon. C'était le seul endroit où cet art était pratiqué, et par un nombre restreint de personnes. Me Shimizu quitta Fukuoka pour aller faire connaître le Jojutsu à Tôkyô, et depuis les années 1950, cet art n'a cessé de se développer.

Durant les années qui ont suivi son départ de Fukuoka, Me Shimizu apporta quelques modifications aux techniques du Ryû, souvent pour les rendre moins dangereuses, et quelquefois pour les adapter aux temps modernes. En sa qualité de Grand-Maître du Ryû, il enrichit le curriculum d'un certain nombre de nouvelles techniques comme, par exemple, Gohon no midare. Il est encore important de noter que les différences entre les deux styles sont mineures et qu'elles

* Voir chapitre 1, *Shindô Musô Ryû Jodô.*

THE first four chapters will, I hope, have convinced you of the cultural and educational value of the Shindô Musô Ryû. The spirit of this style of Jodô deserves to survive and merits a wider circulation, so long as it does not diverge from the direction set by Shimizu Sensei. In this last chapter, I will give a brief description of the situation of Jodô in Japan, and a rundown of the growth of Jodô outside Japan, as well as the situation of the art in the world today.

JODÔ IN JAPAN TODAY

It is not uncommon to hear people who are familiar with Shindô Musô Ryû Jodô speak about the " Fukuoka style " and " Tôkyô style " Jodô. Well, what does that mean ?

Historically, Shindô Musô Ryû Jojutsu was a martial art of the Kuroda Clan *, located in the Fukuoka area of the south-western island of Kyûshû in Japan and was only practised there in small numbers. When Shimizu Sensei left and moved to Tôkyô, he introduced Jojutsu there, and since the 1950s it has grown in popularity and in number of participants.

Over the years since leaving Fukuoka, Shimizu Sensei made some modifications to the techniques, some probably to make them safer, and others to adjust them to meet the "modern times". Also, as Headmaster of the Ryû, he added a number of techniques to the curriculum, such as Gohon no midare. However, I would like to point out that there are no major differences or contradictory aspects between

* See chapter 1, *Shindô Musô Ryû Jodô.*

Philip Relnick,
(Shomokuroku)
Président de l'IJF.

Philip Relnick,
(Shomokuroku)
President of the IJF.

n'affectent en aucun cas le Ri-ai des techniques. Celles qui vous sont présentées dans ce livre suivent le style « Tôkyô ».

A la mort de Me Shimizu, en 1978, Me Otofuji Ichizô lui succéda à la tête du Ryû. Il est aujourd'hui âgé de 89 ans, de santé précaire, et vit à Fukuoka.

Les élèves de feu Me Shimizu, maintenant enseignants de haut niveau et de qualité, sont en train de former de nombreux pratiquants et le nombre des Dôjô va croissant. Il y a maintenant des dizaines de milliers de pratiquants de Jodô à travers le Japon, provenant aussi bien des forces de police que de la population civile : un chiffre incomparable avec celui d'il y a une trentaine d'années. Il n'y avait alors que le Dôjô du Rembukan et deux ou trois Dôjô de la police.

Le nombre de pratiquants non japonais au Japon est également en hausse. Il est difficile de donner un chiffre exact car la plupart d'entre eux ne font qu'un séjour relativement court au Japon (de quelques mois à quelques années). Toutefois, une moyenne de 25 à 30 étrangers pratiquent le Jodô au Japon, disséminés dans les nombreux Dôjô actuellement disponibles. Le groupe d'étrangers le plus important (environ 10 à 15 personnes) s'entraîne dans la banlieue de la capitale sous la supervision de Philip Relnick. Ce dernier possède une licence d'enseignement Shomokuroku et pratique le Jodô depuis 1962. De nombreux élèves de Philip Relnick s'entraînent actuellement dans leur propre pays.

Le changement le plus marquant de ces dix dernières années est le suivant : lorsqu'une personne s'inscrit dans un Dôjô de Jodô, à Tôkyô, elle doit tout d'abord étudier les techniques de Jodô de la Fédération japonaise de Kendô, généralement connues sous le nom japonais de *Zen Ken Seitei gata* *. Ces douze techniques sont basées sur celles de Shindô Musô Ryû. Quelques-unes d'entre elles ont

* Voir page 314.

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô au Japon :

For further information about Jodô in Japan :

IJF,
C.P. O. Box 270,
TÔKYÔ 100
Japon/Japan

the two styles that would, in any way, affect the Ri-ai of the techniques. Those described in this book follow the Tôkyô style.

Otofuji Ichizô Sensei became the Headmaster of Shindô Musô Ryû after Shimizu Sensei died in 1978. At the present time, 89 years of age and not in the best of health, he lives in Fukuoka.

Shimizu Sensei's senior students, now well qualified, highly ranked teachers, are teaching and the number of Jodô students and Dôjô is continually growing; there are now tens of thousands practising Jodô in Japan, police and civilians. Compare that with only two or three police Dôjô and the Rembukan Dôjô 30 years ago.

The number of foreign Jodô practitioners in Japan is also growing. It is difficult to give an accurate figure of how many there are because most foreigners in Japan tend to stay for a relatively short period (from a few months to a few years), then return to their own country. However, at any one time, there are usually about 25 to 30 foreigners practising Jodô there. Most of them are scattered throughout the many Dôjô now open to them. The largest group of foreigners training together in Japan, usually between 10 to 15, is located on the outskirts of Tôkyô under the instructions of Philip Relnick, holder of a Shomokuroku licence who has been practising Jodô since 1962. Many of his students are now training in their own country.

One big change that has occurred during the last ten years is that when a person joins a Jodô Dôjô in Tôkyô, he must first learn the All-Japan Kendô Federation Jodô techniques, usually referred to in Japanese as *Zen Ken Seitei gata* *. These techniques, twelve in all, are based on techniques

été modifiées et sont légèrement différentes des techniques traditionnelles de Shindô Musô Ryû. Lorsque l'élève atteint un certain niveau technique, ce qui lui prend quelques années, il peut s'initier aux techniques traditionnelles.

Deux styles dont les différences mineures n'empêchent pas un rassemblement et un travail commun comme, ici, à l'occasion de l'inauguration en 1967, à Fukuoka, du sanctuaire dédié à Musô Gonnosuke Sensei, le fondateur du Ryû.

from Shindô Musô Ryû. Some of the techniques have been modified and are slightly different from the traditional Shindô Musô Ryû Jodô techniques. Once the trainee has reached a certain level of proficiency, which usually takes a number of years, the teacher then allows that person to start training in the traditional techniques.

Two styles, the slight differences of which do not preclude gathering and working together. For example here, at the inauguration of the Sanctuary dedicated to Musô Gonnosuke Sensei, founder of the Shindô Musô Ryû, Fukuoka, in 1967.

[1] See page 314.

international jodô federation*

Les pratiquants de Jodô qui ont participé au 4e stage international de Jodô IJF, au Brassus, Suisse, en 1988. Une centaine de pratiquants de 14 pays ont assuré le succès de ce stage de 9 jours, dirigé par Philip Relnick (Shomokuroku et Président de l'IJF), Karunakaran s/o R. Chindan (Oku iri) et l'auteur (Shomokuroku).

The Jodô trainees at the 4th International Jodô Jamboree at Le Brassus, Switzerland, in 1988. A hundred trainees from 14 countries guaranteed the success of this nine-day seminar, directed by Philip Relnick (Shomokuroku and President of the IJF), Karunakaran s/o R. Chindan (Oku iri) and the author (Shomokuroku).

* Fédération internationale de Jodô

HISTOIRE

C'EST grâce à feu Me Shimizu Takaji, 25e Grand-Maître de Shindô Musô Ryû, et à feu Me Donn F. Draeger, pionnier du Jodô international, que la Fédération internationale de Jodô existe aujourd'hui. Le premier rêvait d'internationaliser le Jodô, le second voua tous ses efforts à la pratique et à la recherche des arts martiaux japonais et, tout particulièrement, du style de Jodô de Shindô Musô Ryû.

La première expérience de Me Shimizu concernant l'internationalisation du Jodô remonte à la fin des années 30, alors qu'il fut envoyé en Chine pour y enseigner le Jodô, peu avant la Deuxième Guerre mondiale. D'après ses dires, il transmit les techniques du Ryû à un grand nombre de Chinois. Après son retour au Japon, il se mit à exprimer le désir d'enseigner le Jodô aux scouts à travers le monde.

Me Draeger commença son étude de Shindô Musô Ryû vers la fin des années 50. Il fut présenté à Me Shimizu par son Maître de Jûdô, Ishikawa Takahiko, deux fois champion du Japon et ex-instructeur de Jûdô de la Police métropolitaine de Tôkyô. Me Draeger fut le premier élève non japonais de Me Shimizu au Japon. Grâce à l'honnêteté, la force de caractère et l'assiduité aux entraînements qui caractérisaient Me Draeger, Me Shimizu ouvrit la porte du Ryû à d'autres étrangers. Parmi ceux qui entrèrent dans le Ryû à la suite de Me Draeger, et qui le secondèrent dans l'élaboration de la Fédération internationale de Jodô, se trouvaient William Fuller, Quintin Chambers, Don Buck, Philip Relnick et Howard Alexander.

Le 13 mars 1964, Me Shimizu donna à ce groupe la permission écrite d'établir une Fédération internationale de Jodô (IJF). Toutefois, comme le nombre d'étrangers était encore très limité et qu'ils étaient pour la plupart de nationalité américaine, Me Shimizu suggéra que ce groupe se concen-

HISTORY

IT IS through the dreams of Shimizu Takaji Sensei, the former 25th Headmaster of Shindô Musô Ryû, to teach Jodô internationally, and the pioneering efforts of Donn F. Draeger Sensei in the training and research of the Japanese martial arts, specifically Shindô Musô Ryû Jodô, that the International Jodô Federation is in existence today.

Shimizu Sensei's first experience with internationalizing Jodô was in the late 1930s when he was sent to China prior to the Second World War to teach there. According to him, he trained large numbers of Chinese in the techniques of the Ryû. After returning to Japan, he often spoke about wanting to teach Jodô to the boy scouts around the world. Draeger Sensei began his study of Shindô Musô Ryû Jodô in the late 1950s, after being introduced to Shimizu Sensei by his former Jûdô teacher, Ishikawa Takahiko Sensei, a two-time All-Japan Jûdô champion and former Tôkyô Metropolitan Police Jûdô instructor. Draeger Sensei was Shimizu Sensei's first foreign student in Japan and because of Draeger's strong, honest character and diligent training, Shimizu Sensei opened the door for other foreigners to enter the Ryû. Amongst the handful of foreigners who followed Draeger Sensei into the Ryû and subsequently assisted him in founding the International Jodô Federation were William Fuller, Quintin Chambers, Don Buck, Philip Relnick and Howard Alexander.

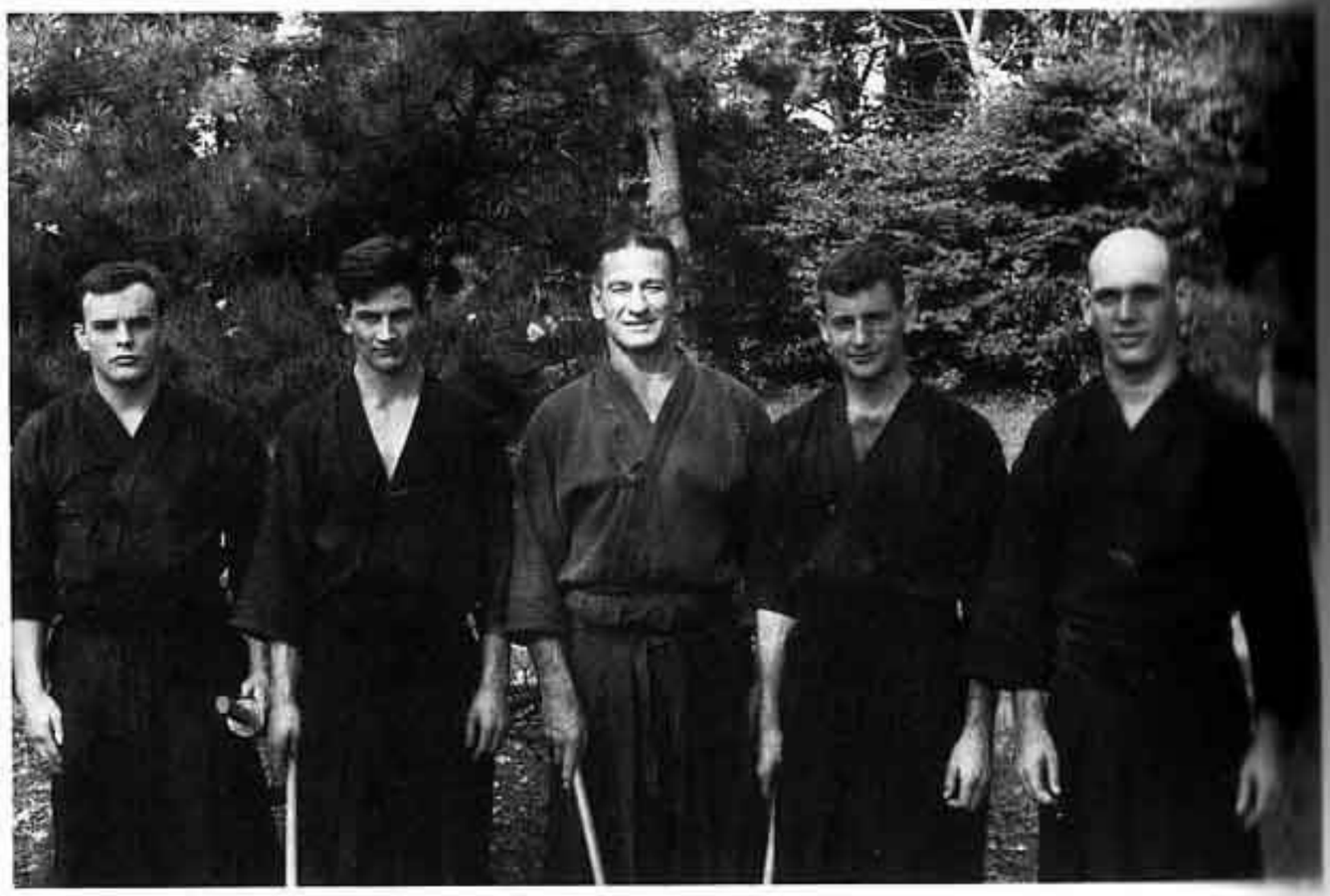
On March 13, 1964, Shimizu Sensei gave written permission to this group of foreigners to establish the International Jodô Federation (IJF). However, since the number of foreigners was so small and were mostly Americans, he suggested

Philip Relnick et l'auteur lors d'une démonstration de Kusarigamajutsu au Dôjô de Uptown, Chicago, USA, en 1972.

Philip Relnick and the author giving a demonstration of Kusarigamajutsu at the Uptown Dôjô, Chicago, USA, in 1972.

Me Shimizu avait coutume d'inviter chez lui ses élèves non japonais pour un repas de fin d'année. Ici, en 1969 (de gauche à droite): *Gerry Toff, Quintin Chambers, (f), l'auteur, Me Shimizu, sa fille, Me Kaminoda, Me Draeger et Paul Maloney.*

Shimizu Sensei used to give an end-of-year dinner for his foreign students. In 1969 (from left to right) *: Gerry Toff, Quintin Chambers, (f), the author, Shimizu Sensei, his daughter, Kaminoda Sensei, Draeger Sensei and Paul Maloney.*



La première génération des pratiquants étrangers de Jodô, (de gauche à droite): *Howard Alexander (Canada), Quintin T. Chambers (Royaume-Uni), Donn F. Draeger (USA), John Jarvis (Nouvelle-Zélande), et Philip Relnick (USA).*

The first generation of foreign Jodô trainees (from left to right): *Howard Alexander (Canada), Quintin T. Chambers (United Kingdom), Donn F. Draeger (USA), John Jarvis (New Zealand) and Philip Relnick (USA).*

... tout d'abord sur la création d'une organisation américaine de Jodô qui se rattacherait ensuite à l'IJF. Ce groupe d'étrangers et Me Shimizu commencèrent alors à se rencontrer régulièrement pour mettre au point, et sur le papier, la constitution et des statuts qui serviraient de base à cette fédération américaine de Jodô. Ces efforts se concrétisèrent le 13 avril 1966, et la nouvelle organisation reçut le nom officiel de *Jodô Federation of the United States of America* (USA). En 1969, Me Shimizu se rendit aux USA accompagné de Me Draeger et de Me Kaminoda, pour son premier stage international de Jodô depuis son séjour en Chine.

Durant les années 60 et 70, ce même groupe d'étrangers commença à enseigner le Jodô et à présenter des démonstrations dans d'autres pays comme la Malaisie, l'Australie, les Pays-Bas et le Canada, pour n'en citer que quelques-uns, et le nombre des pratiquants de Jodô étrangers commença à augmenter sensiblement.

L'IJF, bien que formellement établie, resta une organisation aux activités limitées jusqu'en 1979. Cette année-là, une Constitution et des Statuts furent définis après maintes heures de discussions avec Me Shimizu alors qu'il était encore en vie. Bien que le nombre des membres fut encore limité, Me Draeger devint le premier Président de l'IJF. Il commença à définir les objectifs et les fonctions de la Fédération à l'intention des pratiquants de Jodô qui enseignaient dans leur propre pays.

Malheureusement, Me Draeger est décédé en 1982, à l'âge de 60 ans. Des élections eurent lieu afin de le remplacer et de pourvoir à d'autres postes au sein de l'IJF. Philip Relnick (USA) fut élu Président, Quintin Chambers (Royaume-Uni), Directeur de la Commission technique, Pascal Krieger (Suisse), Premier Vice-président et Karunakaran s/o R. Chindan (Malaisie), Deuxième Vice-président.

... this group should concentrate on creating an American ...ization first, which would become part of the IJF. ...efore, this small group of foreigners, and Shimizu Sen... started to meet regularly to put together on paper a ...ailed constitution and by-laws which would clearly ...em this American Jodô Federation. This was completed ...April 13, 1966, and the new organization was officially ...med the *Jodô Federation of the United States of America* ...(USA). In 1969, Shimizu Sensei visited the USA with Drae... Sensei and Kaminoda Sensei for his first international ...ip training since going to China.

...roughout the 1960s and the 70s, this same group of ...igners taught and gave Jodô demonstrations in other ...ntries such as Malaysia, Australia, the Netherlands, and ...nada, to name a few, and the number of foreign Jodô ...itioners started to grow.

The IJF, though formally established, remained an organization of limited activity until 1979. By that time, a constitution and by-laws had been formulated, based on many hours of talks with Shimizu Sensei when he was still alive. Even though membership was still limited, Draeger Sensei was elected its first President and started to introduce the IJF's objectives and functions to those Jodô practitioners who were now teaching in their own country.

Unfortunately, Draeger Sensei died at the age of 60 in 1982. Elections were held to fill his and other positions in the IJF. Philip Relnick (USA) was elected President, Quintin Chambers (United Kingdom) was elected Director, Technical Board, Pascal Krieger (Switzerland) was elected First Vice-president, and Karunakaran s/o R. Chindan (Malaysia) was elected Second Vice-president.

Structures générales

Fruits de nombreuses années de travail d'un petit groupe dévoué à la cause du Jodô, la Constitution et les Statuts de l'IJF sont en fait très détaillés. Sans entrer dans ces détails, il est tout de même bon de rappeler le but principal de l'IJF : *Fonctionner en tant que Commission technique chargée de préserver la tradition classique de Shindô Musô Ryû Jodô dans la ligne préconisée par Me Shimizu Takaji.* Cette Commission agit en tant qu'organisme officiel international de supervision et de réglementation du Jodô international. Elle dirige , évalue et enregistre tous les examens de Jodô, les grades et les licences d'enseignement par le truchement de professeurs et d'instructeurs approuvés par la Fédération. L'affiliation à l'IJF ne peut se faire qu'en tant qu'organisme national ou continental de Jodô, comme la *JFUSA*, la *Malaysian Jodô Federation*, la *Fédération européenne de Jodô*, etc.

L'IJF dirige un stage international de Jodô tous les trois ans. Les trois premiers stages internationaux se déroulèrent en Malaisie en 1979, 1982 et 1985. Le quatrième stage a eu lieu en Suisse, en 1988. Le stage international de 1991 aura lieu dans un des trois pays suivants : la Malaisie, l'Australie ou les USA *. C'est lors de ces stages internationaux que toutes les organisations nationales de Jodô ont la possibilité de participer ensemble à diverses activités de Jodô comme les entraînements intensifs, les cours d'instructeurs, le renforcement des liens entre pratiquants du monde entier et

* Depuis 1989, un petit journal est diffusé deux fois par année auprès des organismes nationaux de l'IJF. Ce journal intitulé *IJF Newsletter* est diffusé en anglais. Chaque pays membre de l'IJF a la responsabilité d'en traduire les éléments importants dans sa langue respective et d'en faire circuler des copies au sein de son organisation. C'est dans *IJF Newsletter* que figureront les informations concernant la location du 5e stage international de Jodô.

General structures

The Constitution and By-laws of the IJF are quite detailed, being the fruit of many years of hard work by a small group of dedicated Jodô practitioners. Simply put, the purpose of this organization is primarily to be *a technical body to preserve the classical tradition of Shindô Musô Ryû Jodô as taught by Shimizu Sensei.* It acts as the official international supervisory and regulatory body of international Jodô. It also conducts, evaluates, and records all Jodô examinations and ranks, teaching licences of individual exponents of Jodô in member body Jodô organizations by means of Federation-approved teachers and instructors. Membership of the IJF is open only to national or continental Jodô organizations, such as *JFUSA, the Malaysian Jodô Federation, the European Jodô Federation,* etc.

The IJF conducts an international Jodô jamboree every three years. The first three jamborees were held in Malaysia in 1979, 1982 and 1985. The fourth jamboree was held in Switzerland, in 1988. The next international jamboree is scheduled to be held in 1991, possibly in Malaysia, in Australia or in the USA *. It is at these international jamborees that all member national Jodô organizations are able to participate in various Jodô activities, such as in intensive training together, special courses for instructors, reinforcement of the bonds between Jodô trainees around the world, and

* Since 1989, the *IJF Newsletter,* is distributed twice a year to the national member bodies of the IJF. It is published in English and each member body is relied upon to translate it into their own language and circulate it within their own organization. It will include the details and the location of the Fifth International Jodô Jamboree.

finalement, l'étude approfondie des aspects techniques et philosophiques du Jodô.

Système de promotion

Jusqu'à sa mort, Me Shimizu seul avait l'autorité pour délivrer des certificats japonais aux pratiquants étrangers. Ces certificats classiques sont, dans l'ordre croissant : *Oku iri, Shomokuroku, Gomokuroku, Menkyô.* Depuis la mort de Me Shimizu, les pratiquants de Jodô ne s'entraînant pas au Japon n'ont plus la possibilité de recevoir de tels certificats. Les certificats IJF décrits ci-dessous remplacent les certificats japonais classiques et leur sont équivalents.

Certificats de Kyû et de Dan

Les examens de Kyû sont dirigés par un responsable régional ou national possédant au moins le certificat d'enseignement IJF Shoden.

Les examens de Dan sont dirigés par une Commission technique présidée par un responsable national possédant au moins le certificat d'enseignement IJF Chuden. Les autres membres de la Commission doivent être titulaires d'au moins un certificat d'enseignement IJF Shoden.

Certificats d'enseignement IJF

La Commission technique de l'IJF est directement responsable de l'émission des certificats d'enseignement qui sont délivrés lors des stages internationaux IJF. Il existe trois sortes de certificats d'enseignement :

participation in technical and philosophical aspects of the study of Jodô.

Promotion system

Up until the time of his death, only Shimizu Sensei could grant Japanese certificates to foreign trainees. These classical certificates are, in increasing order : *Oku iri, Shomokuroku, Gomokuroku, Menkyô.* Since Shimizu Sensei's death, it is no longer possible for foreign Jodô trainees practising outside Japan to receive these certificates. The IJF certificates described below replace the classical Japanese certificates and are considered equivalent.

Kyû and Dan certificates

The *Kyû examinations* are conducted by a regional or national instructor holding at least an IJF Shoden teaching licence.

The *Dan examinations* are conducted by a Technical Commission chaired by a national or continental teacher holding at least an IJF Chûden teaching licence. The other members of the Commission must hold at least an IJF Shoden teaching licence.

Teaching licences

The Technical Commission of the IJF is directly responsible for the teaching licences delivered at the international jamborees. There are three kinds of teaching licences :

JFUSA
Jodô Federation
of the United States of America
Basée à Hawaii / based in Hawaii

MJF
Malaysian Jodô Federation
Basée à Penang / based in Penang

SINGAPOUR /
SINGAPORE

IJF
International Jodô Federation
Basée en Suisse / based in Switzerland

NZJF
New Zealand Jodô Federation *
Basée à Auckland / based in Auckland

AJF
Australian Jodô Federation *
Basée à Sydney / based in Sydney

FEJ / EJF
Fédération européenne de Jodô /
European Jodô Federation
Basée à Genève, Suisse /
based in Geneva, Switzerland

PAYS-BAS / THE NETHERLANDS *

FRANCE

SUISSE / SWITZERLAND
(AHJ)

AUTRICHE / AUSTRIA *

SUÈDE / SWEDEN *

ALLEMAGNE, R.F. / GERMANY, F.R.

LUXEMBOURG / LUXEMBURG

* *Fédération nationale en préparation*

* *National federation in preparation*

SHODEN (de couleur noire) — Equivalent à Oku iri.

Le détenteur de ce certificat doit être titulaire d'un premier Dan ou plus.

CHÛDEN (rouge) — Equivalent à Shomokuroku.

Le détenteur de ce certificat doit être titulaire d'un 4e Dan ou plus.

KUDEN (violet) — Equivalent au Gomokuroku.

Le détenteur de ce certificat doit être titulaire d'un 7e Dan ou plus.

Certificat de participation

L'IJF émet également des certificats de participation à tout pratiquant présent lors d'un stage international de Jodô.

SHODEN (black) — Equivalent to Oku iri.

The holder must be at least 1st Dan.

CHÛDEN (red) — Equivalent to Shomokuroku.

The holder must be at least 4th Dan.

KUDEN (purple) — Equivalent to Gomokuroku.

The holder must be at least 7th Dan.

Attendance certificates

The IJF also issues attendance certificates to all those present at an international Jodô jamboree.

Hawaii (USA)

Le Jodô fut introduit dans les îles Hawaii lors du périple de Me Shimizu, Me Draeger et Me Kaminoda, en 1969. Lorsque Quintin T. Chambers quitta le Japon en 1974, il s'installa dans la grande île de l'archipel (Hawaii). L'année suivante, il quitta cette île pour celle de Oahu où se trouve Honolulu. Depuis cette époque, Quintin Chambers, assisté plus tard de Patrick Lineberger, enseigne le Jodô à un petit groupe de pratiquants.

Quelques membres du groupe de Hawaii Quintin Chambers (Shomoku-roku), se trouve au premier rang (troisième depuis la gauche).
A sa droite, *Patrick Lineberger (Shoden IJF).*

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô à Hawaii :

For further information about Jodô in Hawaii :

Patrick Lineberger,
1916 Manoa Road No. 4,
HONOLULU, Hawaii 96822, USA.

Hawaii (USA)

Jodô was introduced to Hawaii during the tour of Shimizu Sensei, Draeger Sensei and Kaminoda Sensei in 1969. In 1974, Quintin T. Chambers moved to the largest island of the archipelago (Hawaii). One year later, he moved to the island of Oahu, where Honolulu lies. Since then, and later aided by Patrick Lineberger, he has taught Jodô to a small group of trainees.

A few members of the Hawaiian group Quintin Chambers (Shomokuroku) is in the front row (third from the left).
On the right, *Patrick Lineberger (IJF Shoden).*

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô dans le sud-est asiatique:

For further information about Jodô in South-East Asia :

Karunakaran, 48 Lorong Kerapu Lima,
13400 Jalan Permatang Pauh,
BUTTERWORTH, Penang
Malaisie/Malaysia

Karunakaran s/o R. Chindan, (Oku iri et Chûden IJF), responsable pour la Malaisie et le sud-est asiatique.

Karunakaran s/o R. Chindan, (Oku iri and IJF Chûden), in charge of Malaysia and South-East Asia.

Malaisie

Trois groupes ethniques majeurs peuplent la Malaisie : les Malais, les Chinois et les Indiens. Chaque groupe possède ses propres traditions de culture martiale. Les Malais ont le Silat, les Chinois le Wu-shu, et les Indiens le Silambam. Ces trois systèmes comprennent, entre autres armes, le bâton. Il semble donc approprié de définir ici, alors que les événements sont encore récents, le contexte historique dans lequel le Jodô, une discipline martiale japonaise, a pu s'implanter dans ce pays.

En 1970, Me Draeger visita la Malaisie après un séjour d'études hoplologiques * en Indonésie. Il était accompagné de Joseph A. Tartaglia, également pratiquant de Shindô Musô Ryû. Tous deux initièrent une quinzaine de Malaisiens de la région de Penang aux techniques du Ryû. Me Draeger et M. Tartaglia sillonnèrent ensuite le pays, donnant des démonstrations en plusieurs endroits. Me Draeger sélectionna quelques personnes à qui il enseigna les rudiments du Jodô, notamment à Seremban, Taiping, Ipoh et Johore Bahru.

Dès lors, chaque année, sans exception, Me Draeger se rendit en Malaisie pour y enseigner le Jodô selon les principes de Me Shimizu. En 1972, Me Draeger accompagna Me Shimizu, Me Kuroda et Me Kaminoda pour un périple autour de la Malaisie. Il y eut de nombreuses démonstrations et les cours proprement dit eurent lieu à Penang.

M. Karunakaran s/o R. Chindan, le pratiquant le plus ancien du groupe d'origine, fut désigné responsable du Jodô malaisien. Il fut autorisé à diriger des stages à travers le pays.

Une fédération malaisienne de Jodô (Malaysian Jodô Federation) fut constituée et une Commission technique fut mise sur pied. Cette Commission était composée des huit participants les plus anciens et qui suivaient une formation d'ins-

Malaysia

There are three major ethnic groups in Malaysia : the Malays, the Chinese and the Indians. Each group has its own traditions and martial culture : the Malays have Silat, the Chinese have Wu-shu, and the Indians have Silambam. Each of these systems comprises, amongst other weapons, the stick. It therefore seems appropriate to define, while memories are fresh, the historical context which allowed Jodô, a Japanese martial discipline, to take root in Malaysia.

In 1970, Draeger Sensei visited Malaysia after completing some hoplological * fieldwork in Indonesia. He was accompanied by Joseph A. Tartaglia, also training in Shindô Musô Ryû. They introduced the techniques of the Ryû to about fifteen Malaysians in Penang. Draeger Sensei and Joseph Tartaglia then toured Malaysia and gave demonstrations in several Dôjô, introducing the art to a few selected persons in Seremban, Taiping, Ipoh and Johore Barhu.

From then on, Draeger Sensei went to Malaysia every year to teach Jodô according to the principles laid down by Shimizu Sensei. In 1972, Draeger Sensei accompanied Shimizu Sensei, Kuroda Sensei and Kaminoda Sensei on a tour around the country. Demonstrations were given at various centres and coaching clinics were held in Penang.

The most senior trainee of the original group, Karunakaran s/o R. Chindan, was put in charge of Malaysian Jodô and was authorized to lead seminars throughout the country.

The Malaysian Jodô Federation was established and a Technical Commission was set up comprising the eight most senior students who were being groomed to become instructors. So that a correct transmission of the system of Jodô

ructeur. Afin d'assurer une transmission correcte du système de Jodô, ces huit pratiquants avaient l'obligation de participer au stage annuel dirigé par Me Draeger. Durant chacun de ces stages, un cours d'instructeur avait lieu et précédait le stage proprement dit. C'est durant ces cours d'instructeur que Me Draeger entrait dans les détails et les divers aspects de l'enseignement du Ryû. Tous ces cours furent dûment enregistrés sur audio-cassettes.

En 1978, Karunakaran fut invité au Japon où il rencontra Me Shimizu qui était alors déjà très malade. Karunakaran s'entraîna au Rembukan pendant son séjour. Il eut, par ailleurs,

*Du grec *hoplon*: arme, et *logos*: science. Ce terme ne figure que dans de très rares dictionnaires bien que la science de l'hoplologie ait été connue dès le 19e siècle. Me Draeger a sacrifié une grande partie de sa vie pour redonner une existence et une nouvelle dimension à cette science.

Lors de la visite de 1972, Me Draeger présente Karunakara s/o R. Chindan à Me Shimizu Takaji, derrière lequel se tiennent Me Kaminoda Tsunemori et Me Kuroda Ichitarô (en chemise).

On the 1972 trip, Draeger Sensei introduces Karunakaran s/o R. Chindan to Shimizu Takaji Sensei. Behind Shimizu Sensei stand Kaminoda Tsunemori Sensei and Kuroda Ichitarô Sensei (white shirt).

Karunakaran s/o R. Chindan reçoit son Oku iri des mains de son Maître, Donn F. Draeger, à Taiping, en 1980.

Karunakaran s/o R. Chindan being handed his Oku iri by his Teacher, Donn F. Draeger, in Taiping, in 1980.

could be guaranteed, they were all required to attend the annual centralized training directed by Draeger Sensei. Before the seminar proper, an instructor's course was given : Draeger Sensei went into the details and various aspects of the teachings of the Ryû. All these courses were recorded on audio-tapes.

In 1978, Karunakaran was invited to Japan, where he met Shimizu Sensei, who was then quite ill. Karunakaran trained at the Rembukan Dôjô during his stay. He had the

*From the Greek: *hoplon*, weapon and *logos*, science. The term appears in only a few dictionaries, even though the science of hoplology was fairly well known in the nineteenth century. Draeger Sensei spent the best part of his life on reviving the science, giving it a new dimension.

Le tout premier stage international de Jodô de l'IJF, Taiping 1979.

The first International Jodô Jamboree of the IJF in Taiping, 1979.

Cette photo, chère à l'auteur, reflète des instants de rare qualité pendant lesquels, à travers l'humour et la bonne humeur, Me Draeger nous enseignait l'art de vivre sérieusement. Ici, à Seremban, au sud de Kuala Lumpur, en 1976, lors de la tournée annuelle de Me Draeger. A gauche, Aizawa Kamatarô, élève de Me Shimizu, à qui Me Draeger avait donné l'occasion de connaître un pays étranger en le prenant comme assistant.

This photograph, cherished by the author, shows moments of rare quality, when Draeger Sensei taught us the art of true life with humour and lightheartedness. Here, in Seremban, to the south of Kuala Lumpur, during Draeger Sensei's annual tour, in 1976. On the left is Aizawa Kamatarô, a student of Shimizu Sensei's, who was given the chance of visiting a foreign country by Draeger Sensei, who took him on as assistant on his Malaysian tour.

le rare privilège et l'honneur de participer à une démonstration de Jodô avec Me Draeger au cours de la cérémonie de *Jinko-Sai* de Katori qui a lieu tous les douze ans.

En 1980, Karunakaran s/o R. Chindan reçut son Oku iri devenant ainsi le premier instructeur de Shindô Musô Ryû en Malaisie. Actuellement, dans sa 19e année de développement (1989), le Jodô est solidement ancré en Malaisie. La Malaysian Jodô Federation a organisé 15 stages de Jodô à cette date. Elle a également organisé, en Malaisie, trois stages internationaux (1979, 1982 et 1985).

C'est en grande partie grâce au groupe de pratiquants malaisiens qui s'est développé sous le regard attentif et intransigeant de Me Draeger que le Jodô non japonais a survécu à la mort de ce dernier. Les Malaisiens surent communiquer leur enthousiasme à d'autres, particulièrement aux Européens, en leur transmettant les connaissances qu'ils avaient reçues directement de Me Draeger et dont ils sont toujours les dépositaires.

---

rare privilege and honour of participating in a Jodô demonstration with Draeger Sensei during the Katori *Jinko-Sai* which takes place every twelve years.

In 1980, Karunakaran s/o R. Chindan received his Oku iri, thus becoming the first instructor of Shindô Musô Ryû in Malaysia.

Jodô is at present in its 19th year of development (1989) and is now firmly established in Malaysia. The Malaysian Jodô Federation has to this date organized 15 centralized training seminars and three international Jodô jamborees (1979, 1982 and 1985). Non-Japanese Jodô survived the death of Draeger Sensei mainly thanks to the group of Malaysian trainees formed under his firm leadership. They transmitted their enthusiasm to others, in particular to Europeans, by imparting the knowledge handed down by Draeger Sensei — a knowledge they hold in trust.

Suisse

C'est en 1971 que je suis rentré de mon premier séjour de deux ans au Japon. En février 1971, je retrouvais le club genevois dans lequel je m'étais inscrit en 1966, le Shung Dô Kwan. J'y initiais un groupe d'intéressés aux Kihon tandoku. En automne de la même année, je repartais pour les USA afin d'aider Me Draeger, depuis Chicago, à éditer un magazine sur les arts martiaux. Des USA, je me rendis à Hong Kong puis retournais au Japon à la fin de 1972. Pendant ce temps, Matthias Wenderoth (Allemagne, R.F.), qui avait commencé le Jodô en même temps que moi, avec Me Shimizu, en mai 1969, avait continué de s'occuper du petit groupe de débutants qui avait vu le jour en 1971. A mon retour définitif en Suisse, en été 1976, je retrouvais donc quelques-uns de ces pratiquants qui m'aidèrent à mettre sur pied deux nouvelles sections au sein du Shung Dô Kwan, une de Jodô et une autre de Iaidô. Ces deux sections vinrent s'ajouter aux six autres sections du Dôjô qui existaient déjà : le Jûdô, l'Aikidô, le Karate-dô, le Kendô, le Kyûdô et le Yoseikan budô.

De petits stages en démonstrations, le Jodô acquit une notoriété relative dans la région et, bientôt, un deuxième groupe vit le jour dans ma ville natale de Montreux où je venais régulièrement entraîner quelques pratiquants de Jûdô que j'avais progressivement intéressés au Jodô. En 1985, un troisième groupe se forma dans la région de Fribourg, toujours en Suisse romande.

Souscrivant au dicton « Nul n'est prophète en son pays », c'est vers l'étranger, particulièrement la France, que se dirigèrent ensuite mes efforts. En 1978, je rencontrais Malcolm Tiki Shewan, enseignant de Iaidô et d'Aikidô. M. Shewan avait déjà pratiqué le Jodô avec Me Mitsuzuka. De par ses fréquents voyages à travers l'Europe, M. Shewan me mit progressivement en contact avec de nombreuses personnes in-

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô en Suisse :

For further information about Jodô in Switzerland:

Pascal Krieger, section Jodô,
Shung Dô Kwan Budô,
rue Liotard 66,
CH-1203 GENÈVE, Suisse/Switzerland

Switzerland

In 1971, I returned home after my first stay, of two years, in Japan. In February 1971, I was back at the club I belonged to since 1966 : the Shung Dô Kwan. I started to introduce the Kihon tandoku to a group of trainees. In Autumn of that year, I left for the US to help Draeger Sensei edit a martial arts magazine in Chicago. From the USA, I moved to Hong Kong, then to Japan at the end of 1972. The tiny group of beginners that had been established in 1971 continued under the direction of Matthias Wenderoth (Germany, F.R.) who began his study of Jodô with Shimizu Sensei at the same time as myself. When I finally returned to Switzerland, in the middle of 1976, I met up with a few of them who helped me set up two new sections within the Shung Dô Kwan : one for Jodô and one for Iaidô. These two sections were officially added to the six sections already existing : Jûdô, Aikidô, Karate-dô, Kendô, Kyûdô and Yoseikan budô.

Through small seminars and demonstrations, Jodô acquired a certain local reputation and soon a second group was set up in my home town of Montreux where I regularly went to instruct a few Jûdô trainees I had interested in Jodô. In 1985, a third group was set up in Fribourg, also in the French-speaking part of Switzerland.

Since " a prophet is not without honour, save in his own country ", I turned towards France next. In 1978, I met an Iaidô and Aikidô instructor, Malcolm Tiki Shewan, who had practised Jodô with Mitsuzuka Sensei. Malcolm T. Shewan travelled widely through Europe and gradually put me in touch with many people interested in Jodô. The promotion of the Swiss group by M. Shewan is the main origin of its

Laurent Subilia (Shoden IJF), responsable de la région genevoise.

person in charge of the Geneva region.

Michel Colliard (en haut)
et Michel Ducret
(tous deux Shoden IJF),
responsables de la région vaudoise.

Michel Colliard (top)
and Michel Ducret
(both Shoden IJF)
in charge of the Canton
de Vaud region.

téressées par le Jodô. C'est, en grande partie, grâce à la promotion que M. Shewan a faite au groupe helvétique que ce dernier s'accrût sensiblement au cours des années qui suivirent. Les autres événements qui contribuèrent à faire connaître les pratiquants suisses furent les suivants :

1) L'invitation annuelle à participer au stages des Îles de Lérins, près de Cannes.

2) L'organisation par la Suisse, conjointement avec la France, les Pays-Bas et la Suède, du tour d'Europe de 1980 qui permit aux traditions de Shindô Musô Ryû et de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû d'être présentées à travers l'Europe par Me Draeger, Me Kaminoda, Me Otake, Nobutoshi, son fils aîné, et M. Shinozaki.

3) La participation régulière d'un effectif relativement important aux stages internationaux de Jodô en Malaisie.

4) Une semaine de démonstrations à Rotterdam (Pays-Bas), en 1984, où Me Otake présentait une seconde fois son Ryû aux Européens pour tenter d'enrayer la propagation illégitime et non autorisée des enseignements de cette tradition martiale à travers l'Europe. Dans le cadre de la célébration des 350 ans de liens commerciaux entre le Japon et les Pays-Bas, le groupe helvétique eut maintes occasions de présenter des démonstrations devant un public de connaisseurs.

Toutefois, étant retenu à Genève par ma profession et l'éducation de mes enfants, la plupart des étrangers qui s'intéressèrent au Jodô durent faire l'effort de se rendre à Genève. Bien que j'aie pu me libérer à plusieurs reprises entre 1978 et 1985 pour me rendre à l'étranger en vue de diriger des stages ou donner des démonstrations, je décidais bientôt, par manque de disponibilité dû à l'élaboration de cet ouvrage, de limiter mes stages à celui des Îles de Lérins, à la période de l'Ascension, et à celui du Brassus, en été, qui est devenu le stage européen officiel de l'IJF. Il faut encore citer quelques stages plus modestes *, en Suisse, spécialement à l'intention de mes propres élèves dont les plus an-

marked increase membership over the following years. Other factors that contributed to making the Swiss trainees known include :

1) The invitation to the annual seminar in the Lérins Islands, near Cannes, France.

2) The 1980 European tour (organized by Switzerland, France, the Netherlands and Sweden) with Draeger Sensei, Kaminoda Sensei, Otake Sensei, his eldest son, Nobutoshi, and Mr. Shinozaki. The Shindô Musô Ryû and Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû traditions were presented throughout Europe.

3) The regular attendance of a relatively large group of trainees at the international jamborees of the IJF in Malaysia.

4) A week of demonstrations in Rotterdam (the Netherlands), in 1984, during the celebration marking 350 years of commercial links between the Netherlands and Japan. Otake Risuke Sensei of the Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû highlighted the event. This was his second visit to Europe in order to curtail the illegitimate and unauthorized teaching of his tradition throughout Europe. The Swiss group gave many demonstrations before a discerning audience.

However, because my job and my children's education kept me in Geneva, most foreigners interested in Jodô had to make the trip to Switzerland. I did manage, between 1978 and 1985, to lead seminars or give demonstrations abroad but I had to restrict my attendance at seminars to those of Lérins, during Whitsuntide, and of Le Brassus in summer (which became the official European IJF seminar), in order

ciens sont maintenant suffisamment qualifiés pour diriger des stages IJF dans les pays voisins.

L'événement le plus important de ces dernières années fut, sans aucun doute, l'organisation par le groupe helvétique du 4e stage international IJF de Jodô, au Brassus, du 30 juillet au 7 août 1988. Une centaine de participants de 14 pays différents travaillèrent sous la direction de Philip Relnick, Président de l'IJF, Karunakaran et moi-même. Le stage fut précédé d'un cours d'instructeur de deux jours.

* Comme, par exemple, le *Kagamibiraki* (ouverture de l'année) de la section de Jodô du Shung Dô Kwan, qui a lieu le deuxième week-end de janvier.

Séverin Corpateaux,

responsable de la région du Canton de Fribourg.

person in charge of the Canton de Fribourg region.

Lors de sa deuxième visite en Europe, Me Otake, en armure, a démontré quelques techniques de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû à Rotterdam, 1984.

On his second visit to the Netherlands, Otake Sensei (wearing armour) demonstrated a few Tenshin Shôden Katori Shin Ryû techniques. Rotterdam, 1984.

to concentrate on this book. I must not forget smaller seminars *, in Switzerland, directed at my own students — the more senior ones of whom are sufficiently qualified to lead IJF seminars in other countries.

The most important event of the last few years was without doubt the 4th International Jodô Jamboree held between 30 July and 7 August 1988 at Le Brassus, organized by the Swiss group. Philip Relnick, President of IJF, Karunakaran and myself were in charge of 100 participants from 14 countries. A two-day instructor's course was held before the seminar.

* Such as, for instance, the *Kagamibiraki* (opening of the year) of the Jodô section of the Shung Dô Kwan held on the second weekend of January.

L'Association helvétique de Jodô

Le groupe helvétique créa une association en novembre 1979, l'AHJ, regroupant à cette époque une quarantaine de pratiquants. Cependant, les effectifs du groupe helvétique s'enrichirent très vite de nombreux pratiquants étrangers.

Laurent Subilia (Uchidachi) et l'auteur lors d'une démonstration à Rotterdam (Pays-Bas), à l'occasion de la seconde visite de Me Otake, en 1984.

Laurent Subilia (Uchidachi) and the author during a demonstration in Rotterdam (the Netherlands), during Otake Sensei's second visit, in 1984.

Le tout premier stage de Jodô organisé en Suisse, à Genève, au printemps 1977.

The first Jodô seminar in Switzerland, in spring 1977.

Pour simplifier la partie administrative, il fut décidé que les licences suisses seraient également distribuées aux pratiquants des autres pays européens. De par cet état de choses, la licence de l'Association helvétique de Jodô prit une dimension européenne. Depuis 1989, une clause ratifie cette dimension continentale et est incluse dans la licence AHJ. Lorsque les divers groupes européens auront acquis une structure technique et administrative suffisante, ils seront encouragés à former des organisations nationales dépendantes de la Fédération européenne de Jodô, créée en 1989, et représentée jusqu'à cette année par l'AHJ, elle-même membre de l'IJF.

L'AHJ organise un stage européen annuel de 5 jours, dont le premier jour est réservé aux instructeurs. Au terme du stage, une séance d'examens est organisée par la Commission technique de l'AHJ, présidée par l'auteur (Shomokuroku et Chûden IJF), assisté des détenteurs d'un certificat Shoden IJF qui sont présents.

The Swiss Jodô Association

In November 1979, the Swiss group founded an association (the AHJ), which, at the time, comprised about 40 members. However, the numbers were rapidly swollen by an influx of foreign trainees. In order to simplify the administration, it was decided to grant Swiss licences also to foreign trainees. The AHJ licence therefore took on a European dimension. From 1989, a clause ratifies this European dimension and is included in the AHJ licence. When the other European groups constitute an adequate technical and administrative structure, they will be encouraged to set up their own national organizations, which will be members of the European Jodô Federation, based in Switzerland, and which was represented until quite recently by the Swiss Association.

The AHJ organizes an annual European five-day seminar, the first day of which is reserved to instructors. At the end of the seminar, examinations are held by the Technical Commission of the AHJ under the chairmanship of the author (Shomokuroku and holder of an IJF Chûden teaching licence), assisted by the holders of an IJF Shoden teaching licence present.

France

Ce n'est que ces dix dernières années que le style de Jodô de Shindô Musô Ryû a été officiellement enseigné en France.

En 1977, sur une invitation de Me Tamura Nobuyoshi et Malcolm Tiki Shewan, Me Mitsuzuka Takeshi séjourna en France pendant six semaines pour y enseigner le Jodô et le Iaidô. Me Mitsuzuka donna des cours à Villefranche-de-Rouergue, Annecy et Villars-les-Dombes. C'est à cette époque-là que de nombreux pratiquants d'Aikidô se familiarisèrent avec les Kihon de Jodô (Tandoku et Sôtai) ainsi qu'avec les techniques de la Zen Nihon Kendô Renmei Jodô Seitei gata *. Quelques pratiquants furent sélectionnés pour l'étude des techniques traditionnelles de la première série de Shindô Musô Ryû, Omote waza. Dès lors, une poignée de personnes enthousiastes continua à pratiquer le Jodô.

L'événement suivant le plus important fut l'organisation par Daniel Leclerc, Secrétaire général de la Fédération européenne de Iaidô (FEI), d'un stage à Prades, en 1978. Trois disciplines y furent présentées : l'Aikidô, sous la direction de Me Tamura, l'Iaidô sous celle de Malcolm Tiki Shewan, et le Jodô sous celle de l'auteur. Le succès de ce stage donna naissance, l'année suivante, au stage des Îles de Lérins où, chaque année depuis 1979, des pratiquants de plusieurs pays européens participent aux trois disciplines : Aikidô, Iaidô et Jodô.

L'événement historique le plus important, concernant le Jodô en France, fut le tour européen de trois enseignants de Bujutsu et de Budô classique. Me Otake Risuke, de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû, Me Kaminoda Tsunemori de Shindô Musô Ryû, et Me Donn F. Draeger, enseignant

Alain Robert (Shoden IJF), région lyonnaise/Lyon region.

193, rue Claude-Monet,
F-69150 DECINES
France

* Voir page 314.

France

It has only been in the last ten years that Shindô Musô Ryû Jodô has been formally taught in France.

In 1977, upon invitation by Tamura Nobuyoshi Sensei and Malcolm Tiki Shewan, Mitsuzuka Takeshi Sensei spent six weeks teaching Jodô and Iaidô in France. He visited and taught in Villefranche-de-Rouergue, Annecy and Villars-les-Dombes. It was at this time that many Aikidô trainees became familiar with the Jodô Kihon (Tandoku and Sôtai) as well as learning the Zen Nihon Kendô Renmei Jodô Seitei gata *. A few selected participants learned Omote waza in the traditional manner and from this time onwards a handful of enthusiastic students have continued practising Jodô.

The most important event was the organization, by Daniel Leclerc, General Secretary of the European Iaidô Federation (EIF), of the training course at Prades, in 1978. Three disciplines were taught : Aikidô under the direction of Tamura Sensei, Iaidô by M. T. Shewan and Jodô by the author. The success of this course gave birth, in the following year, to the " Seminar of the Îles de Lérins " where every year since 1979, students train in the three disciplines: Aikidô, Iaidô and Jodô.

The most important single event in the history of Jodô in France was a European tour of three teachers of classical Bujutsu and Budô. Otake Risuke Sensei of the Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû, Kaminoda Tsunemori Sensei of

Daniel Leclerc, région cannoise/Cannes region.

Jodô Club Côte d'Azur,
B.P. 192
F-06407 CANNES Cédex, France

* See page 314.

Claude Sauvageot,
région parisienne/Paris region.

59, rue des Peupliers,
F-92100 BOULOGNE
France

des deux traditions ci-dessus et coordinateur du groupe, vinrent en Europe afin d'illustrer le Budô et le Bujutsu et tenter d'en expliquer les différences essentielles. La visite, pour la France, fut organisée par Daniel Leclerc et Malcolm T. Shewan. Elle comprenait des cours et des démonstrations à Metz, Paris, Marseille, Lyon et Cannes. Ce périple européen établit fermement des groupes de pratiquants de Jodô à Paris, Lyon, Toulouse, Nancy, Le Havre, Bordeaux, etc. En 1981, J.-P. Reniez, de retour du Japon, établit un groupe de Jodô au sein de la Fédération française de Kendô dont le but, inspiré de son modèle japonais, la Zen Nihon Kendô Renmei, est de promouvoir essentiellement la pratique des Seitei gata de Jodô en vue d'organiser des compétitions. La Fédération française de Kendô, en collaboration avec M. J.-P. Reniez et M. G. Blaise, invite régulièrement Me Nishioka (un des tout premiers élèves de Me Shimizu) et M. S. Matsumura (Sempai (aîné) de l'auteur du temps du Rembukan), tous deux enseignants de Shindô Musô Ryû Jodô, pour des stages en France.

Grâce aux efforts de quelques pionniers, notamment au sein de la Fédération française d'Aikidô, la pratique du style de Jodô de Shindô Musô Ryû est aujourd'hui fermement établie en France.

Les divers groupes français de Jodô s'entraînant au sein de l'IJF sont coordonnés par la Fédération européenne de Jodô, basée en Suisse.

Floréal Pérez,
région lyonnaise/Lyon region.

MJC Louis-Aragon,
Place Gaillard-Romanet,
F-69500 BRON
France

the Shindô Musô Ryû, Donn F. Draeger Sensei, teacher of both the above traditions and coordinator of the group, came to Europe to illustrate Budô and Bujutsu and help clarify some of the essential differences between the two methods. The trip through France was organized by Daniel Leclerc and Malcolm T. Shewan and included courses and demonstrations in Metz, Paris, Marseille, Lyon and Cannes. The European tour firmly established Jodô groups in Paris, Lyon, Toulouse, Nancy, Le Havre, Bordeaux, etc.

In 1981, J.-P. Reniez returned from Japan and established a Jodô group within the French Kendô Federation whose aim, patterned on its Japanese counterpart, the Zen Nihon Kendô Renmei, is to promote essentially the practice of the Jodô Seitei gata with a view to organizing competitions. The French Kendô Federation, in conjunction with Mr. J.-P. Reniez and Mr. G. Blaise, regularly invite Nishioka Sensei

Dominique Pierre,
région nancéenne/Nancy region

29, av. des Vosges,
F-54110 DOMBASLE / MEURTHE
France

Jacques Bally,
région bordelaise/Bordeaux region

10, avenue Sadi-Carnot
F-33110 LE BOUSCAT, France

(one of the first students of Shimizu Sensei's) and Mr. S. Matsumura (the author's Sempai (senior) from the Rembukan days), both teachers of Shindô Musô Ryû, to conduct training courses in France.

Thanks to the efforts of a handful of pioneers, notably in the French Aikidô Federation, the practice of Shindô Musô Ryû Jodô is firmly established in France, and is in good health.

The various French Jodô groups associated with the IJF are run with the help of the European Jodô Federation based in Switzerland.

Me Mitsuzuka Takeshi (Uchidachi) et Malcolm T. Shewan exécutant Sakan. Annecy 1977.

Mitsuzuka Takeshi Sensei (Uchidachi) with Malcolm T. Shewan doing the Sakan technique. Annecy, 1977.

Démonstration à Prades, en 1978 (Uchidachi : Françoise Bottelli).

Demonstration in Prades, in 1978 (Uchidachi, Françoise Bottelli).

Vue générale du groupe de pratiquants de Jodô du stage des Îles de Lérins, dans la forteresse de l'Île Ste Marguerite, 1986.

The group of Jodô trainees at the seminar of the Îles de Lérins, in the fortress of Sainte Marguerite, 1986.

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô aux Pays-Bas :

For further information about Jodô in the Netherlands :

Fred Quant,
Vijverbos 81,
2134 GP HOOFDDORP
Pays-Bas/The Netherlands

ou / or

ShinBuKen Budo Club
Prof. Casimirstraat 32
AMSTERDAM-OSDORP
Pays-Bas/The Netherlands

Fred Quant avec quelques-uns de ses élèves les plus avancés.

Fred Quant with some of his most senior students.

Fred Quant

Pays-Bas

Les Hollandais s'intéressant au Budô classique ont pu se familiariser avec le style de Jodô de Shindô Musô Ryû dès le début des années 60. John Bluming et Martin Gravenstein, tous deux Hollandais, ont reçu de solides notions de Jodô durant leur séjour au Japon mais aucun ne put former un groupe stable. Me Jan Kallenbach raviva l'intérêt pour le Jodô en Hollande en invitant les traditions de Shindô Musô Ryû et de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryu lors de leur tour d'Europe de 1980. En 1982, Me Kallenbach invita encore S. Christopher, élève de Me Draeger, à venir enseigner le Jodô pendant quelques semaines à un groupe sélectionné de ses élèves. Parmi eux, Fred Quant fit rapidement preuve d'un très vif intérêt pour le Jodô. Il suivit M. Christopher en Suède pour continuer à s'entraîner avec lui pendant une courte période. En 1983, l'auteur fut invité à son tour au stage annuel de Karate-dô à Vierhouten (Pays-Bas). Dès 1984, des pratiquants avancés du groupe helvétique furent régulièrement envoyés à ce stage pour y enseigner le Jodô. D'autre part, le groupe hollandais participa à tous les stages européens du Brassus, en Suisse, dès 1983. En 1985, Fred Quant décida de quitter le Karate-dô pour se consacrer au Jodô. La même année, il se déplaça en Malaisie pour participer au 3e stage international de l'IJF. Accompagné d'un groupe de pratiquants assidus, il fut également présent lors du 4e stage international de l'IJF de 1988, en Suisse.

The Netherlands

The Dutch who took an interest in classical Budô were able to sample the Shindô Musô Ryû style of Jodô from the early 1960s. Two Dutchmen, John Bluming and Martin Gravenstein, acquired solid training in Jodô when in Japan but neither was able to form a stable group. Jan Kallenbach Sensei revived Dutch interest in Jodô when he invited the Shindô Musô Ryû and Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû traditions during the European tour in 1980. In 1982, he invited S. Christopher (a student of Draeger Sensei's) to teach Jodô to a selected group of his students for a few weeks. One of Kallenbach Sensei's students, Fred Quant, quickly took a deep interest in Jodô. He followed Mr. Christopher to Sweden in order to continue to train with him for a short while. In 1983, the author, in turn, was invited to the annual Karate-dô seminar in Vierhouten (the Netherlands). Since 1984, advanced trainees from the Swiss group regularly attend that annual seminar to teach Jodô. In turn, the Dutch group has taken part in all the European seminars at Le Brassus, in Switzerland, from 1983. In 1985, Fred Quant decided to quit his Karate-dô training and concentrate more on Jodô. That same year, he attended the third International Jodô Jamboree in Malaysia. In 1988, he attended the 4th International Jodô Jamboree in Switzerland with a group of dedicated trainees.

Suède

M. Ogami Shingo, pratiquant de Karate-dô, a étudié le Jodô au Japon avec Me Shiokawa. C'est en 1975 qu'il introduit cet art en Suède. Depuis que les traditions de Shindô Musô Ryû et Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû ont visité la Suède en 1980, Me Marshall McDonnagh, professeur de Karate-dô, n'a cessé de promouvoir le Jodô dans son pays. Il commença son étude de Shindô Musô Ryû en même temps que Michael Söderkvist, avec Me Draeger, en Malaisie, en 1981. En 1982, Me McDonnagh invita S. Christopher, élève de Me Draeger, pour une année en Suède. Aujourd'hui, de petits groupes de pratiquants enthousiastes s'entraînent dans cinq Dôjô. Bien que les styles diffèrent, les cinq Dôjô sont membres de la même fédération : la Fédération suédoise de Budô (Svenska Budoförbundet SBF). Deux Dôjô sont sous la responsabilité de M. Ogami et M. O. Wiggedahl à Göteborg (Göteborgs Iaidoklubb). Lars + Lena Karlberg enseignent dans un autre Dôjô à Stockholm (Stockholms Jodô Kai). Me McDonnagh vient de déménager à Göteborg (1989). Michael Söderkvist a, quant à lui, formé un groupe de pratiquants de Jodô à Östersund (Östersunds Budo Kai) et participa avec un de ses élèves au 4e stage international de Jodô en Suisse.

Luxembourg

Pratiquant d'Aikidô depuis 1978, Serge Viaud, Français résidant au Luxembourg, assista aux démonstrations de Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû et de Shindô Musô Ryû Jodô à Metz, en 1980. En août de la même année, M. Viaud, intéressé par le Jodô, rencontra Malcolm T. Shewan et Alain Robert lors d'un stage à Pont-à-Mousson. Initié aux Kihon, Serge Viaud se rendit ensuite à Genève, au Shung Dô Kwan,

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô en Suède :

For further information about Jodô in Sweden :

Michael Söderkvist.
Östersunds Budo Kai
Litsvägen 4 A,
S-831 41 ÖSTERSUND
Suède / Sweden

Marshall McDonnagh

Michael Söderkvist

Sweden

Jodô was introduced to Sweden in 1975 by Mr. Ogami Shingo, a Karate-dô practitioner, who learnt the art in Japan under Shiokawa Sensei. Since 1980, when the Shindô Musô Ryû and Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû traditions visited Sweden, Marshall McDonnagh Sensei, a Karate-dô teacher, has never stopped promoting Jodô in his country. Together with Michael Söderkvist, McDonnagh Sensei started studying Shindô Musô Ryû in Malaysia, in 1981, with Draeger Sensei. In 1982, S. Christopher, a student of Draeger Sensei's, was invited to Sweden for a year. Nowadays, small groups of dedicated practitioners train Jodô in five Dôjô. Though the styles differ, all five Dôjô are members of the Swedish Budô Federation (Svenska Budoförbundet SBF). Two Dôjô are run by Mr. Ogami and Mr. O. Wiggedahl in Göteborg (Göteborgs Iaidoklubb). Another Dôjô is run by Lars + Lena Karlberg in Stockholm (Stockholms Jodô Kai). McDonnagh Sensei has just moved to Göteborg (1989). Michael Söderkvist started a Jodô group in Östersund (Östersunds Budô Kai) and attended the 4th International Jodô Jamboree in Switzerland with one of his students.

Luxemburg

Serge Viaud, a Frenchman living in Luxemburg, has practised Aikidô since 1978 and attended the demonstrations of Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû and Shindô Musô Ryû Jodô in Metz, in 1980. Taking an interest in Jodô, he met Malcolm T. Shewan and Alain Robert during a training course at Pont-à-Mousson in August 1980. After learning the

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô au Luxembourg :

For further information about Jodô in Luxemburg :

Serge Viaud,
rue du Moulin 6,
L-8387 KOERICH
Luxembourg / Luxemburg

lors d'un stage local en septembre 1981. C'est à cette époque qu'il participa à la création d'une section « armes » (laidô et Jodô) au sein du Karate Club Luxembourg.

Dès lors, Serge Viaud continua à s'entraîner régulièrement avec le groupe helvétique, se joignant à lui pour participer aux 2e et 3e stages internationaux de Jodô en Malaisie. En 1982, M. Viaud accueillit S. Christopher, Malaisien, élève de Me Draeger. L'intensité que M. Christopher imposa à la section en réduit les effectifs de moitié mais ce nombre limité continue de s'entraîner régulièrement et conserve des liens solides avec les autres groupes au sein de l'IJF.

Autriche

Le Jodô fut introduit en Autriche au cours de stages d'Aikidô dirigés notamment par Malcolm T. Shewan, assisté de Daniel Leclerc et de Floréal Pérez, tous trois pratiquants chevronnés de Jodô. Quelques pratiquants d'Aikidô s'intéressèrent de plus près à cette discipline et participèrent avec Maria Widl, leur professeur, au stage européen du Brassus de 1984. De retour à Vienne, Maria Widl structura certains de ses cours d'Aikidô pour y inclure la pratique régulière des Kihon. Dès lors, la participation régulière aux stages européens et aux stages des Îles de Lérins assure au groupe autrichien une progression saine et régulière dans les techniques de Shindô Musô Ryû. Cette progression est, de plus, supervisée par Laurent Subilia (Shoden IJF) et sa femme Kris Subilia, pratiquants expérimentés du groupe suisse, lors de leurs visites régulières à Vienne pour y diriger des stages locaux.

Kihon, Serge Viaud then went to Geneva, to the Shung Dô Kwan, for a local seminar, in September 1981. At around that time he helped set up a "weapons" (laidô and Jodô) section at the Karate Club Luxemburg.

Serge Viaud has continued to train with the Swiss group and took part in the 2nd and 3rd International Jodô Jamborees in Malaysia. In 1982, he invited S. Christopher, a Malaysian student of Draeger Sensei's. The intensity with which Mr. Christopher conducted the training sessions cut the number of trainees by half. But this reduced group trains regularly and maintains close links with the other IJF groups.

Serge Viaud

Austria

Jodô was introduced to Austria through Aikidô seminars directed by, notably, Malcolm T. Shewan, assisted by Daniel Leclerc and Floréal Pérez, all experienced Jodô trainees. A few Aikidô practitioners took an interest in Jodô and participated in the 1984 European Jodô seminar at Le Brassus with Maria Widl, their teacher. Back in Vienna, Maria Widl rearranged some of her Aikidô courses to include a regular practice of the Jodô Kihon. Since then, the regular attendance at the European Jodô seminars and at the training courses of the Îles de Lérins provide the Austrian group with a healthy and steady progression in the techniques of Shindô Musô Ryû. This progression is supervised by Laurent Subilia (IJF Shoden) and his wife, Kris Subilia (both experienced trainees from the Swiss group) during their regular visits to Vienna to direct local Jodô seminars.

'our tout renseignement concernant la ıratique du Jodô en Autriche :

'or further information about Jodô in Austria :

Georg + Sabine Schober,
Albertgasse 11/17,
A-1080 WIEN
Autriche / Austria

Maria Widl

Allemagne, R.F.

Depuis que Matthias Wenderoth a quitté la Suisse, en 1977, après y avoir maintenu un groupe de pratiquants en l'absence de l'auteur pendant quatre années, des raisons professionnelles l'ont empêché de s'entraîner régulièrement jusqu'à une période récente. Aujourd'hui, M. Wenderoth est installé près de Heidelberg et s'est organisé pour consacrer plus de temps à son entraînement ainsi qu'à la formation d'un groupe de Jodô en Allemagne. Comme on l'a vu précédemment, Matthias Wenderoth a commencé l'étude de Shindô Musô Ryû Jodô en mai 1969, le même jour que l'auteur, avec Me Shimizu, au Dôjô du Dai-yon Kidôtai à Tôkyô.

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô en Allemagne, R.F.:

For further information about Jodô in Germany, F.R. :

Matthias Wenderoth,
Zehntbergstrasse 4,
D-6905 SCHRIESHEIM-ALTENBACH
Allemagne, R.F./Germany, F.R.

Germany, F.R.

When Matthias Wenderoth left Switzerland in 1977, after leading a group of trainees for four years during the author's absence, professional commitments prevented him from practising regularly until quite recently. Mr. Wenderoth is now settled near Heidelberg and has made more time available for training and for setting up a Jodô group in West Germany. As mentioned earlier, Matthias Wenderoth started Jodô with Shimizu Sensei in May 1969, on the same day as the author, at the Dai-yon Kidôtai Dôjô in Tôkyô.

Matthias Wenderoth

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô en Australie :

For further information about Jodô in Australia :

Paul Maloney,
Japan Information and Culture Centre,
1st Floor, 54 Carrington Street,
SYDNEY, N.S.W. 2000
Australie/Australia

ou / or

Derek Woodhouse,
36 Marina Bld.
Ocean Reef
PERTH W.A. 6027
Australie/Australia

Paul Maloney (Shoden IJF)

Derek Woodhouse (Shoden IJF)

Australie

Paul Maloney fut présenté à Me Shimizu par Me Draeger et Quintin Chambers en 1969. C'est à cette époque que l'auteur fit la connaissance de Paul et tous deux s'entraînèrent régulièrement ensemble au Rembukan.

En 1973, après avoir complété sa formation en Shindô Musô Ryû Jodô et en Uchida Ryû Tanjojutsu (et Keibôjutsu), Paul Maloney retourna en Australie où il continua à pratiquer le Jodô avec Gerry Toff, un autre élève de Me Shimizu.

Depuis 1974, Paul Maloney transmet les techniques de Shindô Musô Ryû à un petit groupe de pratiquants, mettant l'accent sur la qualité plutôt que la quantité. C'est encore vrai aujourd'hui et, si les dimensions du groupe restent moyennes, l'intensité et la qualité du travail sont d'un excellent niveau.

Paul Maloney et quelques-uns de ses élèves.

Paul Maloney with some of his students.

Australia

Paul Maloney was introduced to Shimizu Sensei by Draeger Sensei and Quintin Chambers in 1969. It was around that time that the author met Paul and both regularly practised together at the Rembukan Dôjô.

Paul Maloney returned to Australia in 1973 after concluding his study of Shindô Musô Ryû Jodô and of Uchida Ryû Tanjojutsu (and Keibôjutsu). He continued to train with Gerry Toff, another of Shimizu Sensei's trainees.

Since 1974, Paul Maloney has been handing down the techniques of Shindô Musô Ryû to a small group of trainees, putting the accent on quality rather than on quantity. The group might not be very large but the intensity and the quality of the training is high.

L'Australie étant un pays aux dimensions gigantesques, il est bon de noter que deux élèves de Me Draeger, Anna et Derek Woodhouse, unis par le Jodô et le mariage, se sont installés dans l'ouest du pays. Tous deux, d'un très bon niveau technique, ne tarderont pas à former un nouveau groupe de pratiquants de Jodô dans cette région.

Nouvelle-Zélande

John Jarvis, enseignant de Karate-dô et élève de Me Shimizu, a introduit le Jodô dans ce pays au début des années 70, initiant un groupe de pratiquants aux techniques de Shindô Musô Ryû. Ce groupe fut pris en charge, à la fin des années 70, par deux élèves de Me Draeger, Johnny Seow et S. Christopher, tous deux Malaisiens. Des efforts sont actuellement entrepris pour redonner un certain dynamisme à ce groupe quelque peu isolé.

Pour tout renseignement concernant la pratique du Jodô en Nouvelle-Zélande :

For further information about Jodô in New Zealand :

McIntosh ADK Associates,
43 Lincoln Road,
Henderson,
AUCKLAND 8
Nouvelle-Zélande / New Zealand

Australia being such a big country, it is nice to note that Anna and Derek Woodhouse, both trainees of Draeger Sensei's (united in Jodô and matrimony) have settled in Western Australia. They are of a good technical level and will soon be setting up another Australian Jodô group in that area.

New Zealand

John Jarvis, a Karate-dô teacher and a student of Shimizu Sensei's, introduced Jodô to New Zealand in the early 1970s, initiating a group of beginners in the techniques of Shindô Musô Ryû. This group was then trained by two Malaysians, Johnny Seow and S. Christopher, both students of Draeger Sensei's, at the end of the 1970s. Efforts are now being made to re-activate this group.

CHENG, Anne (traduction de / translated by), *Entretiens de Confucius,* Editions du Seuil, 1981.

COOPER, J.-C., *La philosophie du Tao,* Editions Dangles, St-Jean-de-Braye, 1977.

DESHIMARU, Taisen, *Zen et arts martiaux,* Editions Seghers, 1977.

DRAEGER, Donn F., *Japanese martial arts and ways, Vol. 1, Classical Bujutsu,* Weatherhill, Tôkyô, 1973.

DRAEGER, Donn F., *Japanese martial arts and ways, Vol. 2, Classical Budô,* Weatherhill, Tôkyô, 1975 (2e édition / 2nd edition).

DRAEGER, Donn F., *Japanese martial arts and ways, Vol. 3, Modern Bujutsu and Budô,* Weatherhill, Tôkyô, 1974.

DRAEGER, Donn F. et / and Robert W. Smith, *Asian fighting arts,* Kôdansha, Tôkyô, 1969.

FRÉDÉRIC, Louis, *La vie quotidienne au Japon à l'époque des Samouraï (1185-1603),* Editions Hachette, Paris, 1969.

FRÉDÉRIC, Louis, *La vie quotidienne au Japon (1868-1912),* Editions Hachette, Paris, 1984.

KALTENMARK, Max, *Lao Tseu et le Taoïsme,* Editions du Seuil.

KAMINODA, Tsunemori et / and Nakajima *Jodô Kyôhan,* Japan Publications, Inc., 1976.

LINSSEN, Robert, *Le Zen, sagesse d'Extrême-Orient ou nouvel art de vivre,* Editions Marabout Université.

OTAKI, Tadao et /and Donn F. Draeger, *Jûdô, formal techniques — a complete guide to Kôkôkan Randori no Kata,* Charles E. Tuttle Co., Inc., Tôkyô, 1983.

REID, Howard et / and Michael Croucher, *Les arts martiaux,* Librairie Larousse, 1987.

SHEWAN, Malcolm Tiki, *Iai — l'art du sabre japonais / the art of Japanese swordsmanship,* Fédération européenne de Iaidô, 1983.

SHIMIZU, Takaji, *Jodô Kyôhan,* Shindô Musô Ryû Jodô, Rembukan, 1973 (3e édition / 3rd edition).

WARNER, Gordon et / and Donn F. Draeger, *Japanese swordsmanship,* Weatherhill, Tôkyô, 1982.

lexique/glossary

[illegible] les voyelles courtes des voyelles longues, j'ai [illegible] circonflexe sur ces dernières. Veuillez vous référer [illegible] de la page 26.

[illegible] pages qui suivent le mot japonais renvoient le lecteur [illegible] les informations sur ce mot sont les plus substantielles.

[illegible] certains noms techniques ne figurent pas sur cette liste. [illegible] en consultant la table des matières qui vous ren[illegible] la page correspondante.

[illegible] to distinguish the short vowels from the long ones, a circum[illegible] has been placed on the latter. Please refer to my comment [illegible] 26.

[illegible] numbers following the Japanese word refer the reader back [illegible] where more complete information is given about the [illegible]

[illegible] technical terms are not listed here, but are given in [illegible] contents which will refer the reader to the relevant page.

a

[illegible] Harmonie/Harmony; 88.
[illegible] — Frapper ensemble/Strike together; 98, 403.
[illegible] — Nom d'un général du Bakufu des Hôjô/Name of [illegible] of the Hôjô Bakufu; [illegible], 426.
[illegible] — [illegible]; 194, 228.
[illegible] — Coup au corps/Strike to the body; 228, 412.
[illegible] — Harmoniser/Harmonize; 209, 224.
[illegible] — [illegible]/Stride; 169, 170, 178.

b

[illegible] — [illegible]/Military government; 33, 35, [illegible]
[illegible]
[illegible]; 198.

BÔ — Grand bâton/Staff; 64, 419.
BÔJUTSU — Art du grand bâton/The art of the staff; 12.
BOKKEN — Sabre en bois/Wooden sword; 416.
BOKUTÔ — Voir/see Bokken; 416.
BU — Mesure japonaise (3,03 mm)/Japanese measure (3,03 mm, 0,12 inch); 411.
BUDÔ — Voie martiale/Martial way; 53, 55, 56, 57, 58.
BUJUTSU — Art martial/Martial art; 56, 57, 58.
BUKE SHOHATTO — Règlements pour les familles guerrières/Rules for the warrior families; 42.
BUNBU — Equilibre entre les arts littéraires et les arts martiaux/Balance between litterary arts and martial arts; 42, 48.
BUSHI — Guerrier/Warrior; 33, 40, 51, 60.
BUSHIDÔ — La voie du guerrier/The way of the warrior; 35.

c

CH'AN — Terme chinois pour Zen/Chinese word for Zen; 19.
CHI — Connaissance/Knowledge; 127, 128.
CHIKAMA — Distance proche/Close range; 90.
CHÔE NO KAMA — Faucille à long manche/Long-handled sickle; 422.
CHU HSI — Philosophe chinois, dynastie des Sung (12e siècle)/Chinese philosopher, Sung dynasty (12th century); 51, 52.
CHUANG TZU (ou/or Tchouang Tzeu) — Disciple de Lao Tzu/Disciple of Lao Tzu; 52.
CHÛDAN — Degré intermédiaire/Intermediate level; 321.
CHÛDAN NO KAMAE — Posture d'engagement du sabre à mi-hauteur/Engagement posture of the sword at mid-level; 232.
CHÛDEN — Certificat d'enseignement de l'IJF/IJF teaching certificate; 444.
CHÛMOKU — Position des pieds dans plusieurs arts traditionnels/Position of the feet in several traditional arts; 170.

d

DAI-SHÔ — Combinaison du long sabre et du sabre court/Combination of the long and short swords; 37, 47, 63.
DAIMYÔ — «Grand Nom», seigneur féodal/"Big Name", feudal lord; 36, 37, 38, 40, 41, 42, 47, 64.
DAN — Grade (ordre progressif)/Degree (progressive order); 23, 139, 443.
DESHIMA — Île près de Nagasaki/Island near Nagasaki; 44, 45.
DÔ — La Voie, le Chemin/The Way, the Path; 9, 52, 53, 75, 100, 245, 251, 256.
DÔ — Tronc, torse/Trunk, torso; 198, 234.
DÔ — Mouvement, action/Movement, action; 99.
DÔJÔ — Salle d'entrainement/Training hall; 135, 136, 137.

f

FUCHI — Pièce du sabre, près du Tsuba/Element of the sword, near the Tsuba; 417.
FUDÔSHIN — Esprit inamovible/Immovable mind; 107.
FUKURA — Partie de la lame d'un sabre/Part of the blade of a sword; 417.
FUNDÔ — Poids terminant la chaîne d'un Kusarigama/Weight at the end of the chain of a Kusarigama; 421, 422.

g

GEDAN NO KAMAE — Posture d'engagement du sabre au niveau inférieur/Lower level engagement posture of the sword; 160, 231.
GENDAIBUDÔ — Voir/see Shinbudô; 60.
GI — Justice/Justice; 127.
GOHON NO MIDARE — Les cinq techniques de Midare (turbulence), la 6e série de techniques de Shindô Musô Ryû/The five techniques of Midare (turbulence), the 6th series of techniques of Shindô Musô Ryû; 405.
GOJÔ — Les cinq conditions/The five conditions; 125.
GOKEN — Garde de métal pour le Kusarigama/Iron guard for Kusarigama; 420.
GOMOKUROKU — Certificat d'enseignement de Shindô Musô Ryû/Shindô Musô Ryû teaching certificate; 443.
GONNOSUKE — Prénom du fondateur de Shindô MUSÔ Ryû/First name of the founder of Shindô MUSÔ Ryû; 63.
GYAKU — Envers, contraire/Reverse, opposite; 180.
GYAKU KESA GIRI — Coupe diagonale de bas en haut/Diagonal cut from bottom to top; 174.
GYAKUTE NO KAMAE — Posture d'engagement avec la main en position renversée*/Engagement posture with the hand in reverse position*; 194.
GYÔ — Le premier stade d'apprentissage/The first stage of learning; 245.
GYÔSHA — L'élève qui est au premier stade/The trainee at the first stage; 321.

h

HA — Lame, tranchant/Blade, sharp edge; 417.
HAJIME — Partez!/Start!; 166.

*Gyakute «ni» kamae est utilisé quand on donne l'ordre de prendre cette position/*Gyakute "ni" kamae is used when giving the command to assume this position.

HAKAMA — Jupe-culotte traditionnelle/Traditional ample pant-skirt; 139.
HAN — Fief/Feudal region; 40, 47.
HANMI — Position latérale du corps/Lateral position of the body; 168.
HARAI ou/or BARAI — Balayer/Sweep; 198.
HEIANKYÔ — Ancien nom de Kyôto/Ancient name for Kyôto; 33.
HIDEYOSHI (TOYOTOMI) — Second unificateur du Japon/Second unifier of Japan; 38, 39.
HIJI — Coude/Elbow; 172, 173.
HIKI OTOSHI NO KAMAE — Posture d'engagement latérale, le Jo vers l'arrière*/Lateral engagement posture, the Jo to the rear*; 158.
HININ — Non-humains/Non-humans; 40.
HÔJÔ — Régents de l'ère de Kamakura/Regents of the Kamakura era; 34, 35.
HONTE NO KAMAE — Posture d'engagement du Jo avec la main en position de base*/Engagement posture of the Jo with the hand in a basic position*; 158, 178.

I

IAIJUTSU — L'art du dégainement du sabre/The art of sword-drawing; 56, 303.
IAITÔ — Sabre d'entraînement/Practice sword; 338.
ICHI KÔTAI — Changement de place/Changing places; 150.
ICHI MONJI NO KAMAE — Ichi monji: le caractère «un», représenté par un trait horizontal; posture d'engagement du Jo au-dessus de la tête/Ichi monji: the character "one", represented by a horizontal stroke; engagement posture of the Jo above the head; 158, 196.
IKKAKU RYÛ — Nom d'une tradition martiale de Jutte parente de Shindô Musô Ryû/Name of a martial tradition using the Jutte, close to Shindô Musô Ryû; 425.
INAZUMA — Points vitaux situés de chaque côté du nombril, le foie et la rate/Vital points located on both sides of the navel, the liver and the gall-bladder; 172, 173.
ISHIN DENSHIN — Compréhension mutuelle/Mutual understanding; 255.
ISSHIN — Litt. un seul esprit/Litt. a unique spirit; 321.
ISSHIN RYÛ — Nom d'une tradition martiale de Kusarigama parente de Shindô Musô Ryû/Name of a martial tradition using Kusarigama, close to Shindô Musô Ryû; 419.
ISSOKU-ITTÔ — Un pas, un sabre/One step, one sword; 90.
ITTATSU RYÛ — Nom d'une tradition martiale de Hojô parente de Shindô Musô Ryû/Name of a martial tradition using Hojô, close to Shindô Musô Ryû; 429.

Voir/See (*) page 463.

J

JI-SAMURAI — Fermier-guerrier/Farmer warrior; 37.
JIN — Voir/see Nin; 126.
JINGAMA — Faucille de campement/Camp sickle; 420.
JITA KYÔEI — Bienfait mutuel/Mutual benefit; 143.
JO ou/or TSUE — Bâton/Stick; 64.
JÔDAN NO KAMAE — Posture d'engagement avec le sabre au-dessus de la tête/Engagement posture with the sword above the head; 160.
JOJUTSU — L'art du bâton/The art of the stick; 64.
JÔSEKI — Siège supérieur (dans le Dôjô, à droite du mur d'honneur)/Upper seat (in the Dôjô, to the right of the wall of honour); 143.
JÔWAN — Muscles du triceps/Triceps muscles; 271.
JÛJIDOME — Blocage en forme de croix/X-shaped block; 63.
JÛJUTSU — L'art de la souplesse/The art of suppleness; 55.
JÛNANSHIN — Esprit malléable/Malleable mind; 78, 79.
JUTSU — Art dans le sens «technique»/Art taken as "technique"; 252, 403.
JUTTE — Matraque de fer/Iron truncheon; 425, 426.

K

KABUTOWARI — Briseur de casque/Helmet breaker; 55, 425.
KAESHI — Renversé, contraire/Reversed, opposite; 184, 216.
KAGE — Ombre, 4e série de techniques de Shindô Musô Ryû/Shadow, the 4th series of techniques of Shindô Musô Ryû; 96, 262, 401.
KAKKÔ — Forme, style/Form, style; 244.
KAMAE — Posture d'engagement au combat/Combat engagement posture; 155.
KAMIZA — Mur d'honneur/Wall of honour; 135, 137, 142.
KAN — Intuition/Intuition; 61, 103.
KANÔ JIGORÔ — Fondateur du Jûdô/Founder of Jûdô; 55.
KASA — Protection, chapeau de bambou (Amagasa: parapluie)/Protection, bamboo hat (Amagasa:umbrella); 297.
KASHIRA — Pièce de la poignée du sabre/Element of the sword hilt; 417.
KASUMI — Litt. brume; point vital: la tempe/Litt. haze; vital point: the temple; 172, 173.
KATA — Forme préarrangée/Pre-arranged form; 243.
KATANA — Sabre japonais porté avec le tranchant vers le haut/Japanese sword carried with the sharp edge upward; 417.
KATORI SHINTÔ RYÛ — Abréviation de/Abbreviation of Tenshin Shôden Katori Shintô Ryû.
KEIBÔJUTSU — L'art du bâton de police/The art of the police baton; 60.
KEIKO — Entraînement/Training session; 133.
KEIKOGI — Uniforme d'entraînement/Training uniform; 139.
KEN — Terme général pour le sabre/General term for sword; 95.
KEN — Vision oculaire/Eyesight; 103.
KEN — Département, préfecture/Department, prefecture; 47.
KENDÔ RENMEI JODÔ SEITEIGATA — Kata officiels de Jodô de la Fédération de Kendô/Official Jodô Kata of the Kendô Federation; 66, 314, 376.
KENJUTSU — L'art du sabre/The art of the sword; 415.
KESA GIRI — Coupe diagonale de haut en bas/Diagonal cut from top to bottom; 174.
KI — Energie/Energy; 92.
KI-AWASE — Harmonie entre énergies/Harmony between energies; 98, 216, 236.
KI-JO-TAI — Coordination de l'énergie, du bâton et du corps/Coordination of energy, stick and body; 215.
KI-KEN-TAI — Coordination de l'énergie, du sabre et du corps/Coordination of energy, sword and body; 321.
KI-MUSUBI — Lien entre énergies/Link between energies; 98, 216.
KIAI — Energie unifiée/Unified energy; 82, 92, 167, 175, 178, 250, 261, 263, 379.
KIHON — Mouvement de base/Basic movement; 165.
KIME — Décision, arrêt/Decision, check; 95, 182, 261.
KINTEKI — Point vital: les testicules/Vital point: the testicles; 172.
KIRI OTOSHI — Coupe simultanée dominante/Simultaneous but dominant cut; 301.
KISSAKI — Pointe de la lame/Tip of the blade; 417.
KO — Ancien, vieux, traditionnel/Ancient, old, traditional; 133.
KOAN — Paradoxe ou énigme dans la philosophie Zen/Paradox or riddle in Zen philosophy; 249.
KOBUDÔ — Voie martiale traditionnelle/Traditional martial way; 19, 23, 31, 51, 53, 56, 61, 65, 71, 244.
KOBUJUTSU — Art martial traditionnel/Traditional martial art; 51, 53, 56, 58, 59, 61, 244.
KODACHI — Petit sabre en bois/Short wooden sword; 416.
KÔDÔKAN — Centre japonais de Jûdô situé à Tôkyô/Japanese Jûdô centre located in Tôkyô; 55, 65.
KOIGUCHI — Entrée du fourreau/Opening of the scabbard; 417.
KOJIRI — Extrémité arrière du fourreau/Rear end of the scabbard; 417.
KOKUTAI — Politique nationale/National policy; 48.
KOMBI — Arme chinoise pour appréhender les criminels/Chinese weapon for apprehending criminals; 420.
KÔRI — Point vital: la partie supérieure du pied/Vital point: the top of the foot; 172, 173.
KOSHI-ITA — Languette arrière du Hakama/Stiff back section of the Hakama; 140, 340.

KOTE — Point vital: le poignet, (Kendô: gant de protection)/Vital point: the wrist, (Kendô: protecting glove); 172, 173, 224.
KUDEN — Certificat d'enseignement de l'IJF/IJF teaching certificate; 443.
KURIGATA — Partie du fourreau/Part of the scabbard; 417.
KUROBUSHI — Point vital: la cheville/Vital point: the ankle; 173.
KUSARI — Chaîne/Chain; 421.
KUSARIGAMA(JUTSU) — (Art de la) faucille, chaîne et poids/(Art of) sickle and weighted chain; 408, 419, 420.
KYÛ — Grade dégressif, inférieur au Dan/Degressive rank, inferior to the Dan grade; 139.
KYÛBA NO MICHI — La Voie de l'arc et du cheval/The Way of the bow and of the horse; 35.
KYUSHÔ — Point vital/Vital point; 172, 173.

L

LAO TZU (ou/or Lao Tzeu) — Fondateur présumé du taoïsme/Presumed founder of Taoism; 52.

M

MA-AI — Distance combative entre adversaires/Combative distance between adversaries; 88, 205, 261, 262, 263.
MAE DETE! — Avancez!/Step forward!; 167.
MAKOTO — Esprit sans tache/Unstained spirit; 256.
MAWARE MIGI! — Pivotez sur votre droite!/Pivot to the right!; 152.
ME — Oeil/Eye; 84.
MEIJI — Nom de la période de 1868 à 1912/Name of the period from 1868 to 1912; 45 à/to 49.
MEKUGI (ANA) — Petite pièce de bambou qui retient la lame (Mekugi-ana, le trou qui reçoit cette pièce)/Small bamboo peg keeping the blade secured in the Tsuka (Mekugi-ana, the hole for that peg); 417.
MENKYÔ — Certificat d'enseignement de Shindô Musô Ryû/Shindô Musô Ryû teaching certificate; 63, 443.
METSUKE — Concentration visuelle/Visual concentration; 84.
MICHI — Le Chemin, la Voie (autre prononciation de Dô)/The Path, the Way (other pronunciation of Dô); 52.
MISOGI — Ablution, purification; 104.
MONOUCHI — Les 20 derniers centimètres du bâton ou du sabre/The last 20 cm of the stick or of the sword; 88, 89, 90, 174, 211, 416, 417.
MOTOE! — En position de base!/In the basic position!; 166.
MUGA-MUSHIN — Non-ego, non-esprit/Non-ego, non-mind; 11.
MUKÔZUNE — Côté intérieur du tibia/Inner side of the tibia; 172, 173.
MUNE — Dos de la lame/Back of the blade; 416, 417.
MUDANSHA — Qui n'est pas détenteur de Dan/Person having no Dan rank; 139.
MUSHA-SHUGYÔ — Austérités du guerrier/Warrior austerities; 63, 119.
MUSHIN — Voir/see Muga-mushin; 115.
MUSÔ — Nom du fondateur de Shindô MUSÔ Ryû/Name of the founder of Shindô MUSÔ Ryû; 64.

N

NAGINATA — Hallebarde/Halberd; 64.
NAKAGO — Partie de la lame qui est à l'intérieur du Tsuka/Part of the blade which is inside the Tsuka; 417.
NAORE! — Ordre de retourner la lame dans le fourreau et de mettre le sabre en position Sagetô/Command for returning the blade into the scabbard and for placing the sword in the Sagetô position; 239, 240.
NIN — Bienveillance, chaleur humaine/Benevolence, human warmth; 126.
NOBUSHI — Guerrier des champs/Field warrior; 37.
NYÛNANSHIN — Voir/see Jûnanshin.

O

ODA (NOBUNAGA) — Premier unificateur du Japon/First unifier of Japan; 37.
ODACHI — Grand sabre/Long sword; 416.
OKU — Le fond, l'arrière/The far end, the back; 407.
OKU IRI — Certificat d'enseignement de Shindô Musô Ryû/Shindô Musô Ryû teaching certificate; 443.
OKUDEN — 7e série de techniques de Shindô Musô Ryû/7th series of techniques of Shindô Musô Ryû; 407.
OMOTE — Surface, première série de techniques de Shindô Musô Ryû/Surface, first series of techniques of Shindô Musô Ryû; 261.
OSAME — Rengainement ou retour de l'arme en position normale/Sheathing or return of the weapon to a normal position; 263.
ÔYÔMEI — Nom japonais donné au système de confucianisme de Wang-Yangming/Japanese name given to Wang-Yangming's system of Confucianism; 52.

R

RAN-AI — 3e série de techniques de Shindô Musô Ryû/3rd series of techniques of Shindô Musô Ryû; 379.
REI — Etiquette ou salut/Etiquette or bow; 127, 142.
REIGI-SAHÔ — Etiquette gestuelle/Etiquette (gestures); 131.
REISHIKI — Etiquette; 131.
REMBUKAN — Dôjô de Me Shimizu à Tôkyô (détruit à la fin des années 70)/Shimizu Sensei's Dôjô in Tôkyô (demolished at the end of the 70s); 17, 412.
RI — Raison, logique/Reason, logic; 96.
RI-AI — Cohérence/Coherence; 96.
RITSUREI — Salut debout/Standing bow; 143.
RYÛ — Tradition martiale/Martial tradition; 36.

S

SAGEO — Cordelette attachée au fourreau/Small cord attached to the scabbard; 417.
SAGETÔ — Position du sabre lors du salut debout/Position of the sword during the standing bow; 207 .
SAI — Sorte de fourche utilisée dans le Karaté d'Okinawa/Kind of fork used in Okinawan Karate; 425.
SAMIDARE — 5e série de techniques de Shindô Musô Ryû/5th series of techniques of Shindô Musô Ryû; 403.
SAMURAI — Equivalent de «Bushi» dès le 16e siècle/Equivalent to "Bushi" from the 16th century on; 38 à/to 47, 55, 63.
SATORI — Illumination/Enlightenment; 256.
SAYA — Fourreau/Scabbard; 417.
SEI — Sérénité, non-action/Serenity, non-action; 99.
SEI — Vie/Life; 122.
SEI TO DÔ — Rythme entre non-action et action/Rhythm between non-action and action; 99, 263.
SEIGAN NO KAMAE — Droit dans les yeux, posture d'engagement/Right in the eyes, engagement posture; 209.
SEISHIN TANREN — Forge d'un esprit pur/Forging of a pure spirit; 106, 244, 321.
SEITEI GATA — Voir/see Kendô Renmei Jodô Seiteigata.
SEIZA — Position assise traditionnelle/Traditional sitting position; 142, 143, 306.
SEN NO SEN — Anticipation et suppression d'une attaque/Anticipation and suppression of an attack; 276, 360.
SENJUTSU — Art de la stratégie/Art of strategy; 58.
SENSEI — Maître/Master, Teacher; 122.
SEPPADAI — Petites pièces de chaque côté du Tsuka/Small elements on both sides of the Tsuka; 417.
SESSA TAKUMA — Polissage mutuel/Mutual polishing; 141.
SHAKU — Mesure japonaise, 30,3 cm/Japanese measure, 30,3 cm (0,994 feet); 64, 411, 421.
SHIDACHI — Celui qui tient le Jo/Person on the Jo side; 206.
SHI UCHI KÔTAI — Interversion des rôles (Jo et Bokken)/Exchanging roles (Jo and Bokken); 152.

SHI-NÔ-KÔ-SHÔ — Echelle sociale du Japon féodal/Social scale of feudal Japan; 40.
SHIMOSEKI — Siège inférieur (Dôjô)/Lower seat (Dôjô); 135, 137.
SHINDÔ MUSÔ RYÛ — Nom de la tradition martiale qui fait l'objet de ce livre/Name of the martial tradition described in this book; 63 à/to 68.
SHINBUDÔ (ou/or Gendaibudô) — Voie martiale moderne/Modern martial way; 19, 60, 61.
SHINBUJUTSU — Art martial moderne/Modern martial art; 59.
SHINOGI — Partie de la lame/Part of the blade; 416, 417.
SHINTÔ RYÛ — Nom d'une tradition martiale de Kenjutsu parente de Shindô Musô Ryû/Name of a martial tradition of Kenjutsu, close to Shindô Musô Ryû; 408, 415.
SHINZEN — Devant la divinité/Before the Deity; 135, 142.
SHISEI — Posture; 85, 177, 261, 264.
SHODAN — Ceinture noire du premier degré/First degree black belt; 379.
SHODEN — Certificat d'enseignement de l'IJF/IJF teaching certificate; 443.
SHÔGUN — Gouverneur militaire/Military governor; 34, 35, 36, 39, 40, 41, 42.
SHÔMEN — Mur d'honneur/Wall of honour; 135, 137, 142, 174.
SHOMOKUROKU — Certificat d'enseignement de Shindô Musô Ryû/Shindô Musô Ryû teaching certificate; 443.
SHÔWA — Période de 1926 à 1989/Period from 1926 to 1989; 31, 49.
SHÛ-HA-RI — Soumission-cassure-éloignement/Complying-breaking-moving away; 249, 251.
SHÛGYÔSHA — Elève dans le second stade d'apprentissage (Shûgyô)/Trainee in the second stage of learning (Shûgyô); 171, 172, 251.
SÔGO NO REI — Salut mutuel/Mutual bow; 207.
SÔJUTSU — Art de la lance/Art of the spear; 419.
SONOMAMA! — Ordre de ne plus bouger/Command to cease all movements; 198.
SORI — Incurvation de la lame/Incurvation of the blade; 417.
SÔTAI — Exercice avec un adversaire/Exercice with an adversary; 205, 206.
SUBURI—Coupes répétitives rapides/Rapidly repeated cuts; 104.
SUIGETSU — Plexus solaire/Solar plexus; 172, 173.
SUN — Mesure japonaise, 3,03 cm/Japanese measure, 3,03 cm (1,2 inches); 64.
SUTTEKI-JUTSU — Nom occidentalisé donné au Tanjojutsu/Occidentalized name given to Tanjojutsu; 411, 412.

T

TACHI — Voir/see Bokken.
TAIHOJUTSU — Art de l'arrestation/Art of making an arrest; 60.
TAISHÔ — Période de 1912 à 1926/Period from 1912 to 1926; 31, 49.
TAKUAN — Moine Zen du 17e siècle/Zen monk of the 17th century; 115.
TAMESHIGIRI — Test d'une lame par la coupe/Testing a blade by cutting; 90.
TANDOKU — Individuel/Individual; 177.
TANJOJUTSU — Art du bâton court/Art of the short stick; 411.
TOYOTOMI (HIDEYOSHI) — Deuxième unificateur du Japon/Second unifier of Japan; 38.
TE — Main/Hand; 178.
TEITÔ — Position du sabre, horizontale, sur le côté gauche, au niveau de la taille/Horizontal position of the sword, on the left side, at the level of the waist; 207.
TENKAN — Mouvement tournant/Revolving movement; 297.
TENNÔ — Empereur (les Japonais utilisent ce nom et non celui de l'Empereur/Emperor (Japanese use this word rather than the Emperor's name).
TENSHIN SHÔDEN KATORI SHINTÔ RYÛ — Nom de la tradition martiale connue la plus ancienne/Name of the most ancient known martial tradition; 18, 63, 415.
TENTÔ — Point vital: l'avant du crâne/Vital point: the crown of the head; 172, 173.
TESSEN — Eventail de fer/Iron fan; 427.
TETTÔ — Sabre de fer/Iron sword; 425.
TOKUGAWA IEYASU — Troisième unificateur du Japon et premier Shôgun de la dynastie des Tokugawa/Third unifier of Japan and first Shôgun of the Tokugawa dynasty; 33, 38, 45, 51, 65, 411, 420, 426, 429, 430.
TOKUSHU WAZA — Technique spéciale/Special technique; 314.
TOMA — Distance éloignée/Long distance; 90.
TSUBA — Garde du sabre/Sword guard; 270, 416, 417.
TSUBADOME — Pièce de caoutchouc retenant le Tsuba du Bokken/Rubber ring securing the Tsuba of the Bokken; 416.
TSUE (ou/or ZUE) — Prononciation japonaise du caractère «Jo», le bâton/Japanese pronunciation of the character "Jo", the stick.
TSUGI ASHI — Pas suivi/Sliding step; 169.
TSUKA — Poignée du sabre/Sword hilt; 417.
TSUKI — Coup d'estoc/Thrusting action; 174, 184, 186.
TSUNE NO KAMAE — Posture d'engagement normale/Normal engagement posture; 158, 178.

U

UCHI — Coup/Strike; 178.
UCHIDACHI — Celui qui tient le sabre/Person on the sword side; 206.
UCHIKOMI — Attaques répétitives/Repeated attacks; 270.
UCHIDA RYÛ — Nom d'une tradition martiale de Tanjojutsu parente de Shindô Musô Ryû/Name of a martial tradition of Tanjojutsu, close to Shindô Musô Ryû; 411, 412.
UCHIHARAI JUTTE — Matraque de fer pour coups et parades/Iron truncheon for striking and parrying; 425.
UCHIMA — Distance de frappe ou de coupe/Striking or cutting distance; 90.
UTO — Point vital: entre les deux yeux/Vital point: between the eyes; 172, 173.
UWAGI — Veste/Jacket; 139.

W

WAKIGAMAE — Posture d'engagement du sabre, basse et en arrière/Engagement posture of the sword, low and to the rear; 160, 215.
WANG-YANGMING — Philosophe confucéen cher aux adeptes du Budô (voir Ôyômei)/Confucean philosopher dear to Budô advocates (see Ôyômei); 20, 52.

Y

YAME! — Ordre d'arrêter/Command to stop; 104, 166, 178.
YARI — Lance/Spear; 64.
YÔI! — Ordre de se préparer/Command to get ready; 166.
YOKOMEN — Angle de frappe ou de coupe de haut en bas mais légèrement sur le côté/Striking or cutting angle from top to bottom but slightly on the side; 218.
YOROI — Armure/Armour; 55.
YOROI DÔSHI — Couteau pour combat avec armure/Knife used in grappling in armour; 55, 425.
YOROI KUMI UCHI — Lutte avec armure/Grappling in armour; 55.
YOYÛ — Marge/Margin; 101, 255.
YÛDANSHA — Détenteur de Dan, ceinture noire/Dan holder, black belt holder; 139.

Z

ZANSHIN — Etat d'éveil/State of awareness; 81, 261, 263, 264, 310, 407.
ZAREI — Salut d'une position assise/Bow from a sitting position; 143.
ZUBON — Pantalon d'entraînement/Training trousers; 139.

KRIEGER, de nationalité suisse, est né le 9 avril au bord du Lac Léman, dans la région du Château de Chillon. Après une scolarité qui se termine séminaire des Pères Blancs de St-Maurice, en 1960, cette « voie » pour commencer, après un bref à l'usine, un apprentissage de compositeur graphe. C'est durant cette période qu'il aborde pour la première fois. Il commence le Jûdô obtient son 1er Dan en 1968 à Genève où de s'installer. La même année, il décide de au Japon, par voie de mer, où il fait très vite connaissance de Me Draeger, Me Shimizu, Me Ku- et Me Kaminoda. Parallèlement à son entraîne- de Jûdô au Kôdôkan, il commence l'étude du au Rembukan, avec Me Shimizu, ainsi que celle et du Shodô avec Me Kuroda.

il revient au pays pour assister aux funérailles père, puis repart pour les USA, à Chicago, où en collaboration avec Me Draeger à l'élabo- un magazine sur les arts martiaux. En 1972, réaliser cette revue (Martial Arts Internatio-

nal) à meilleur prix, Me Draeger demande à Pascal de s'établir à Hong Kong. Aussitôt installé dans la Colonie, la crise pétrolière éclate et le prix pour l'élaboration du magazine est presque quadruplé. Le projet est abandonné et Pascal retourne au Japon où il restera jusqu'en 1976, complétant sa formation dans les disciplines martiales. Dès 1976, il rentre à Genève où il réside et travaille encore aujourd'hui. Ses loisirs sont exclusivement consacrés à son entraînement de Jûdô, de Jodô, de Iaidô et de Shodô.

Pascal Krieger a obtenu un 4e Dan en Jûdô (1982), un 5e Dan en Jodô (1982) (Shomokuroku en 1984), et un 3e Dan en Iaidô (1975). Il a également obtenu un 7e Dan en Shodô (calligraphie) en 1987. Il est actuellement, à la demande de Me Shimizu faite avant son décès en 1978, responsable pour le développement de Shindô Musô Ryû en Europe. Il est également responsable technique de l'Iaidô (FEI) pour la Suisse.

DANIEL LECLERC

Pascal Krieger

KRIEGER was born on 9 April 1945 on the Lake Geneva, not far from the Château de in Switzerland. After an education which at the *Séminaire des Pères Blancs*, St Maurice, he forsakes this " way " and starts an apprenti- in the printing trade after spending some time factory. It is around this time that he encounters He takes up Jûdô in 1963 and obtains his 1st in 1968 in Geneva, where he has just settled. same year, he decides to leave for Japan, where meets Draeger Sensei, Shimizu Sensei, Ku- Sensei and Kaminoda Sensei. In addition to his training at the Kôdôkan, he starts to study Jodô Shimizu Sensei (at the Rembukan), and Iaidô Shodô (calligraphy) under Kuroda Sensei.

he returns home for his father's funeral and leaves for the USA. In Chicago, he collaborates Draeger Sensei to produce a magazine on in 1972, in an attempt to publish this ma-

gazine (Martial Arts International) more cheaply. Draeger Sensei asks Pascal to move to Hong Kong. As soon as he is settled in the Colony, the energy crisis strikes and production costs quadruple. The project is abandoned and Pascal returns to Japan, where he stays until 1976, furthering his training in the martial disciplines. Today, he lives and works in Geneva. His spare time is entirely devoted to Jûdô, Jodô, Iaidô and Shodô.

He has obtained a 4th Dan in Jûdô (in 1982), a 5th Dan in Jodô (1982) (Shômokuroku in 1984), and a 3rd Dan in Iaidô (1975). He has also obtained a 7th Dan in Shodô, in 1987. He is currently responsible for the development of Shindô Musô Ryû in Europe, at Shimizu Sensei's request before his death in 1978. He is also technical adviser for Iaidô (EIF) for Switzerland.